

SĂ STAGNEZI SAU SĂ EVOLUEZI

Luule Viilma

Luule Viilma a sistematizat învățătura sa în șapte volume. Acesta este volumul 2 - partea I-a

Au apărut:

Volumul 1

Lumina sufletului

Volumul 2 - partea

Să stagnezi sau să

1 evoluezi

Volumul 2 - partea

Alungă răul din tine

2

În pregătire:

Volumul 3 - partea

1

Căldura speranței

Volumul 3 - partea

2

Izvorul luminos al iubirii

Durerea este în sufletul

Volumul 4 tău

Volumul 5 - partea

1

În armonie cu tine însuși

Volumul 5 - partea

2

Iertarea adevărată și

iertarea

mimată

Volumul 6

Învățătură despre

supraviețuire

În volumul 1 - „Lumina sufletului” s-a strecurat o greșeală: La pagina 79, în loc de: „partea stângă a corpului - purtătoarea energiei feminine” și „partea dreaptă a corpului - purtătoarea energiei masculine”, după cum ține să precizeze autoarea și în volumele următoare, ar fi trebuit să scriem „partea stângă a corpului - purtătoarea energiei masculine” și „partea dreaptă a corpului - purtătoarea energiei feminine”. Ne cerem scuze, noi am interpretat-o ca fiind o greșeală de traducere.

SA STAGNEZI SAU SĂ EVOLUEZI

Luule Viilma

Traducere de Georgeta Timcu

Editura Dhatana București 2008

Transhtion Copyrigat © 22006 Editura Toate drepturile asupra versiunii în limba română aparțin Editurii (Reproducerea integrala sau parțială a terțului sau a ilustrațiilor din această carte este posibilă numai cu acordul Editurii (DIfji RJWA

Editura <Dkarana (București Str. Șfanta Ecaterina nr. 15, sect.4, O.<P. 53 TeC 021 - 337 24 24 e-mail editura gmaiccorn.

Coperta colecției: Mi/ta Marinescu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

LUULE, VIILMA

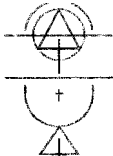
Să stagnezi sau să evoluezi / Viilma Luule; trad.: Georgeta Timcu.

— București: Dharana, 2008 ISBN 978 - 973 - 8975 - 12 - 5

I. Timcu, Georgeta (trad.)

159.961

Se dedică celor care vor să înțeleagă



Binecuvântarea sufletului

Iertarea înseamnă dorința de a comunica, dorința de a iubi necondiționat, dorința de a contopi într-o unitate perfectă spiritul și trupul.

Iertarea este puritate sufletească. Primește adevărul lui Dumnezeu - iertarea - vei vedea cum sufletul și spiritul tău se ating. Aceasta este lumina sufletului.

Gândul este energie.

Energia are conștiință.

Cine are conștiință, cu acela poți comunica.

Gândul negativ este ca un învățător.

Dacă elevul înțelege ce îl învață învățătorul său, va deveni mai înțelept.

Dacă învățătorul vede că elevul său judecă mai bine, înseamnă că el și-a terminat treaba și se dă la o parte.

Tot așa se eliberează și gândirea negativă.

Și va dispărea și boala, ea nefiind decât suma gândurilor negative.

Priceperea de a-ți asculta propriile gânduri te va ajuta să treci cu bine chiar și peste unele situații de viață foarte complicate și foarte periculoase.

Iubite cititor.

Iată că ne-am întâlnit. A face cunoștință prin intermediul unei cărți este una dintre posibilitățile de a comunica. Sper că traducerea într-o altă limbă nu va modifica sensul textului. Doresc să vă transmit cunoștințele mele despre sufletul omenesc, cunoștințe pe care le-am dobândit prin clarviziune, observând lumea lăuntrică a omului. Am strâns aceste cunoștințe și le-am sistematizat. Ele i-au ajutat pe mulți bolnavi să se vindece, pe ei înșiși și pe copiii lor. Numărul acestor norocoși crește și asta îmi confirmă faptul că mă aflu pe drumul cel bun.

Am scris până acum trei cărți. Prima a fost deja tradusă în mai multe limbi, inclusiv în limba rusă. Aveți acum în față prima parte a celei de-a doua cărți.

Noțiunea de sănătate include mai multe aspecte care pot să varieze datorită faptului că dezvoltarea umanității presupune o abordare mai profundă a vieții.

Eu sunt doctor mamoș-ginecolog-chirurg cu o vechime în muncă de 23 de ani și de aceea știu cât de complexă a devenit medicina. Simțământul că nu pot să lecuiesc un bolnav fără sprijinul acestuia m-a obligat să caut o cale de ieșire. Chiar de la început, de când practic medicina, am înțeles că noțiunile foarte complicate pot și trebuie să fie traduse într-un limbaj simplu pe care bolnavul să-l poată înțelege. Orice om pricepe acest limbaj, chiar fără cuvinte, pentru că acesta este limbajul simplu al sufletului. Eu îi învăț pe bolnavi, și pe aceia care nu vor să se îmbolnăvească, să-și înțeleagă greșelile de gândire. Toate bolile sunt rezultatul unei gândiri greșite. Dacă ți-ai recunoscut greșelile, înseamnă că ți-ai tratat boala.

Iubite prietene, îți doresc succes pe calea cunoașterii de sine. Aș dori ca experiența ta și toate celelalte cunoștințe, dobândite fie prin școală, prin știință sau

religie, să nu te faci să ai rețineri. Tot ce scriu eu este doar una dintre multiplele posibilități de a înțelege viața și de a-i îmbunătăți calitatea. Dacă ești receptiv, te va ajuta.

Îți doresc fericire!

Luule Viilma

Să stagnezi sau să evoluezi

Dacă cel care a pășit pe calea spiritului vrea să obțină un succes real, nu unul imaginar, atunci, fiecă minut din viața lui viitoare, fiecă treabă de zi cu zi, fiecă gând iscat, fiecă dorință și impuls rațional trebuie să fie subordonate acțiunii care îi va dirija țelul în viață:

gândirii

Cine vrea să culeagă roadele ce cresc în grădina pământescă a învățaturii, acela trebuie ca întreaga lui viață să o transforme într-un neconținut exercițiu.

Bo în Ra

Să stagnezi sau să evoluezi

Din ieri prin azi spre mâine

Cred că o sinteză a primei mele cărți „Lumina sufletului”, le va fi de folos celor care vor să se perfecționeze spiritual. O nouă înțelegere a cunoștințelor acumulate este benefică. Chiar și pentru mine, recapitularea este extrem de necesară pentru a-mi consolida cunoștințele.

Omul este un spirit care are suflet și corp. Clarificarea suferințelor sufletești și trupești te ajută să progresezi pe calea spirituală. Omul nu se cunoaște însă pe sine, fiindcă nu-și urmărește gândurile și nu se întreabă niciodată: *„De ce mi-a venit în minte acest gând? Ce vrea să-mi spună?”*

Totul are o semnificație, nimic nu se întâmplă fără o cauză și nimic nu rămâne fără efect.

O viață aparent fericită și fără griji poate să se prăbușească brusc, dacă omul nu are obiceiul și nu simte nevoia să gândească. Omul nu trebuie să uite că este o ființă gânditoare și că viața merge înainte grație gândurilor sale. Dacă omul nu gândește, viața se va burzului la el și îl va obliga să înceapă să gândească.

Natura i-a dăruit omului toate posibilitățile de a trăi corect. Depinde de noi, de fiecare în parte și de toți împreună, cum vom alege. Dacă cineva spune că nu știe să aleagă, are posibilitatea să aleagă să învețe, cu alte cuvinte să se cunoască pe sine.

A fi om înseamnă a alege.

Condiția de om ne obligă să ne mișcăm corect, astăzi însă este imposibil să avansăm dacă nu corectăm greșelile omenirii care se află pe marginea prăpastiei. Cine nu crede acest lucru, va fi aspru pedepsit. Trebuie să salvăm Pământul. Omenirea nu are viață fără Pământ, și Pământul nu are viață fără omenire.

Trebuie să învățăm nu numai din propriile greșeli, ci și din greșelile omenirii. Trăgând o concluzie din greșelile omenirii, vom putea evita propriile greșeli.

Nimic nu este întâmplător pe lume, există doar legea cauză-efect.

Continuitatea vieții este determinată de faptul că orice cauză devine efect în următorul moment. Suntem implicați cu toții în ce este bun și rău pe Pământ.

Legile cosmice ale naturii sunt veșnice și drepte. În ele nu există loc pentru excepții și privilegii. Nu ne sunt de folos nici bogăția, nici gloria, nici considerația, nici meritele. Ne-am obișnuit cu ele în viața de zi cu zi și ni se par foarte importante.

Este obligatoriu să subliniem următorul fapt: tot ce face omul, face pentru el însuși.

Tot ce face omenirea se întoarce ca un bumerang, iar pentru a înțelege acest lucru trebuie să începem să gândim, trebuie să medităm asupra gândurilor noastre, să pătrundem sensul vieții și astfel greșelile se vor transforma în înțelepciune.

Mulți oameni se întreabă cu mâhnire: „*N-am făcut nimic rău, de ce mi-a căzut pe cap necazul ăsta?*” Dacă stăm să ne gândim, deși n-au făcut rău, nici bine n-au făcut, ei nu și-au corectat greșelile din această viață și din viețile anterioare. Pur și simplu, paharul răbdării omenirii s-a umplut și a dat pe dinafară. La fiecare pas el ne dă de

înțeles că fiecare dintre noi i-a rămas nefăcut ceva foarte important.

Deseori, oamenii se ciocnesc de greșelile săvârșite de ei într-o viață anterioară, greșeli rămase neispășite și care apar din nou. Ei le blestemă din tot sufletul și nu înțeleg că se blestemă pe ei înșiși și faptele lor și în felul acesta le amplifică și mai mult.

Probabil, fiecare dintre noi a simțit loviturile destinului ca un fulger pe cerul senin. Te surprinde ceva ce ai crezut că nu există. Cine spune că nu are probleme și crede sincer și orbește că este așa, fără să se gândească la posibilitatea contrariului, este, cum se spune, prost și își cultivă afirmația în spatele negației, și așa se face că în ceva ce este foarte bun se ascunde ceva foarte rău. Cine transformă în permanență acest rău în bine, nu este deloc un naiv, un om rupt de viață, ci este un om de acțiune care mișcă viața înainte.

Unii mă întreabă sfidător: *„De unde era să știu că este rău, dacă din punctul meu de vedere eu am făcut o faptă bună?*” Însuși tonul întrebării oferă răspunsul. Măsura binelui și a răului se află în sufletul fiecăruia.

Dragii mei, încercați să înțelegeți că uneori ceea ce credeți că este bine, în esență este rău. De exemplu, de multe ori rostim cu seninătate cuvinte politicoase când, de fapt, am vrea să strigăm: *„Treziți-vă oameni buni, nu vă ascundeți capul în nisip ca struțul din dorința de a părea buni! Spuneți-vă părerea, dar faceți-o în așa fel încât să nu-i răniți pe ceilalți”*.

Adeseori, un cuvânt dur poate să creeze binele – să îndrume: de exemplu, o interdicție tăioasă poate să salveze de la moarte. Gândiți-vă! Nu tot ce strălucește este aur! Totodată, aceleași cuvinte, dar care pornesc dintr-o inimă dușmănoasă, pot să jignească, să calce în picioare, sau să ucidă. Nu cuvântul în sine ucide, ci gândul.

Multă lume își induce gândul că totul este bine, dar nu este așa – este o autoamăgire. Denumesc răul cu alte cuvinte, oricare, și mă oblig să uit. Dar la ce folos? Este tot o autoamăgire. Ne apropiem de clipa fatală și trebuie să

conștientizăm răul din noi pentru ca, apoi, să ne eliberăm de el cu ajutorul iertării.

Mulți oameni simt corect, ei sunt cei mai adevărați clarvăzători, dar nu au încredere în simțurile lor. Ei fac totul în ciuda simțurilor lor, pentru a fi pe placul celorlalți.

Acești oameni foarte buni *aleargă cu disperare după iubirea* colegilor de serviciu, fără să înțeleagă că își fac rău. Și cum colegii nu l-au iubit până acum, nu-l vor iubi nici de-acum înainte – sunt mult prea diferiți. Ei vor binele, dar primesc răul. Binele îl fac nu pentru ei, ci pentru a fi pe placul celorlalți și acest lucru înseamnă captivitate sufletească.

Lor le este greu chiar și în propria casă. Nu tuturor celor din familie le este pe plac bunătatea, vrednicia, grija lor – toate exagerate. Este o formă sui-generis de presiune care nu le permite membrilor familiei să acumuleze propria experiență de viață.

Omul atrage atât binele cât și răul.

Dacă cineva vine la mine la cabinet cu dorința de a se vindeca, dar nu crede în metodele mele și nu l-au interesat niciodată, eu trebuie să-i dau posibilitatea să nu creadă, cu alte cuvinte, să nu se vindece.

Dacă altul vine cu un aer de superioritate – *să vedem ce ești în stare să faci* – atrage aceeași atitudine. El nu știe că tămăduirea spirituală nu se face cu forța, doar ca tămăduitorul să-și demonstreze capacitățile. Dacă tămăduitorul este un om care vede prin bolnav, el nu va atrage negativismul pacientului și nu-i va răspunde cu aceeași monedă. Dacă nu este vindecat, pacientul va avea motiv să fie decepționat și să se înrăiască. Astfel de cazuri au fost și pentru mine o lecție bună – și există astfel de oameni cărora nu poți să le faci bine cu forța, ei trebuie să învețe prin suferință.

Dacă omul vine la mine ca să-și nege greșelile, mai bine să nu vină. Nu sunt procuror ca să-l învinuiesc, eu doresc sincer să-l ajut, dar pentru asta trebuie să aibă o atitudine corectă față de scopul meu. În caz contrar, amândoi vom pierde timpul în zadar.

În primul rând, acest om nu va lucra cu el însuși, și nu-și va găsi timp să se ocupe de iertare pentru a se vindeca, atâta timp cât există o soluție de rezervă – medicina. El blochează continuu orice dorință a vindecătorului de a-l ajuta. Cum să se vindece un astfel de om? Vindecătorul nu are dreptul să-l ajute cu forța, dacă bolnavul nu dorește. Faptul că a venit la consultație nu înseamnă că este pregătit să accepte ajutorul oferit. Există și oameni care vin la cabinet pentru fleacuri, oameni-cărora le este lene să gândească și sunt foarte aroganți: Cu un gest plin de distincție ei spun: *„Evident că vă cred, dar sunt atât de leneș și de prost încât nu voi face față la ceea ce îmi cereți să fac. Voi apela la doctori, poate mă va ajuta careva”*. Gestul lor de aristocrat înfumurat nu este altceva decât un deget avertizator al sorții. Iar cuvintele *leneș* și *prost*, aruncate cu superioritate, devin la nivelul adevărului vieții un adevăr amar în lumina căruia, din fandoselile lor prefăcute nu va rămâne nimic.

Un prost deștept învață totdeauna, un deștept prost – niciodată.

Omul contemporan gândește, înțelege și face totul contrar adevăratelor necesități, chiar și atunci când are cele mai bune intenții. Corpul reacționează la o faptă greșită prin boală, informându-ne astfel că trebuie să ne corectăm greșeala.

Repetarea dezvoltă capacitatea de a gândi, de aceea veți întâlni multe repetări în această carte. Modul meu de abordare a stresurilor și a iertării are multe variante, pentru ca, în funcție de context, fiecare să aleagă. El este determinat de practica mea cu bolnavii.

Când citim pe îndelete se activează gândirea logică, naturală. Oamenii care simt nevoia de a reciti prima mea carte *„Cum să te depășești pe tine însuți”* simt de fiecare dată energia ei vindecătoare și acumulează și mai multe cunoștințe pentru a se ajuta singuri. Acest lucru mă bucură cel mai mult. Cine dorește, scormonește până când află cauza bolilor sale. Cine citește cărțile de înțelepciune spirituală cu ușurința cu care se înghit romanele polițiste,

acumulează cunoștințe superficiale.

Fiecare are dreptul să învețe cum dorește

De exemplu, vine la mine la cabinet un om care a citit în manuscris același capitol pe care-l citiți dumneavoastră acum, dar nu l-a citit până la capăt pentru că nu înțelegea. Cum poate fi învățat spiritual – prin cuvânt – un asemenea om?

Sau, vine un altul care a citit același capitol și spune că *a înțeles*. Eu însă văd că n-a înțeles, fiindcă spiritul lui este foarte închistat. Când i-am spus că *văd că n-a înțeles*, s-a supărat, fiindcă, după părerea lui, așa ceva este imposibil de văzut. Dar eu văd. Am încercat să-i explic cât mai simplu, iar el se uita la mine și îmi spunea: „*Nu înțeleg*”. Mai întâi a spus că a înțeles, acum spune contrariul. De data asta nu l-am întrebat eu, ci a răspuns el singur. Este obișnuit să răspundă afirmativ la întrebări.

Am adus aceste exemple intenționat, ca cititorul să se gândească de ce nu înțelege. Fie că este blocat de frică și în acest moment îi este greu să pătrundă în esență, fie că la nivelul actual al cunoștințelor sale nu este posibil să fie ajutat prin această metodă și este nevoie să mai învețe, fie că se consideră peste măsură de deștept și nu știe că tot ce este în exces se transformă în clipa următoare în propriul contrariu.

Aflați că eu sunt un doctor care pătrunde cu vederea în corpul dumneavoastră și, prin urmare, pot să vă descriu boala fizică fără ajutorul aparatelor; sunt ion doctor care vă citește gândurile, vă vede viețile anterioare și viața actuală din momentul conceperii și al nașterii până în clipa de față, vă vede părinții, bunicii, etc. Totodată, scopul meu este să vă explic cauza bolilor ca apoi să vă vindecați singuri. Din păcate, nu văd chiar totul și nici nu pot să mă laud că sunt infailibilă.

Am enumerat aceste capacități nu pentru a-mi da mie o satisfacție deșartă, nu pentru publicitate, ci ca să vă clarific unele lucruri și pentru a evita confuziile. Am vrut doar să vă rog, cu modestie, să vă purtați cu mine așa cum ați dori să mă port eu cu dumneavoastră. Eu mă ocup cu

lucruri mult prea serioase, cu care nu e de glumit. Realitatea nevăzută capătă contururi tot mai vizibile chiar și pentru cei care nu cred.

Un om ocupat zi de zi cu o muncă ce îl abrutizează, care nu manifestă interes pentru niciun fel de cunoștințe, care nu știe nimic despre lume, nu va fi receptiv la vindecarea spirituală. Îl poate ajuta doar medicina tradițională. Un altul, care, chiar dacă are mai puține studii, dar se străduiește să gândească paralel cu mine, va percepe totul. Sunt extraordinar de receptivi oamenii sensibili, binevoitori.

Dacă sunteți dezorientați de faptul că nu înțelegeți de ce în viața dumneavoastră se întâmplă un anumit lucru și nu altul, puteți să veniți la mine. Vom încerca împreună să simplificăm lucrurile complicate. Eu vă voi explica cu bucurie toate situațiile din perspectiva sufletului și a spiritului.

Dar, mai întâi, este nevoie ca dorința de a ști să vă trezească în suflet o stare de neliniște și de căutare. Trebuie să vă spun însă că nu trebuie să mă considerați o atotștiutoare, că nu sunt una care bolborosește ceva timp de o oră și apoi vă pune pe tavă cauzele bolilor, poate mai vechi de o sută de ani. Un om obișnuit nu rezistă la o ședință mai lungă de o oră - energia pe care o primește îi năucește capul. I se poate face rău. Și, firește, omul va trage concluzia că i s-a pricinuit un rău.

Între un bine excesiv și un rău excesiv se poate pune semnul egalității - și unul și celălalt este greu de suportat, dacă ne grăbim cu evaluarea, fără să pătrundem în esența lucrurilor. Poate evalua corect cel care nu se grăbește să tragă concluzii. Trebuie mai întâi să gândească.

Dar cum se vindecă copiii? Ei doar nu știu să citească.

Cu copiii nu sunt niciun fel de probleme. Spiritul lor este atât de pur și de sincer încât înțeleg totul dintr-o jumătate de cuvânt. Un adult care să înțeleagă așa cum înțelege un copil de 3 - 4 ani este o raritate. Întrucât bolile copiilor sunt urmarea unui mod greșit de gândire a

părinților, impedimentul sunt doar părinții care se tem, până la a intra în panică, că vor fi găsiți vinovați. Ei nu înțeleg că eu nu mă ocup de căutarea vinovaților. Mai degrabă ei înșiși vor începe atacul asupra prezumtivului vinovat.

De exemplu, enurezisul apare atunci când copilului îi este frică de tatăl său. În realitate, este vorba de frica mamei care se intensifică în subconștientul copilului.

Eu îl învăț pe copil să-și spună necazurile și să se elibereze de frică, dar mama sau tatăl lui se supără pe mine - chipurile, eu i-aș învinui pe ei de boala copilului. Boala nu numai că nu se vindecă, ea se acutizează fiindcă părinții neagă cauza bolii și se înfurie mai tare decât la început. Copilului îi este frică tocmai de răutatea părinților.

Intrucât rinichii sunt țesut moale, adică se află sub influența energetică a mamei, mama trebuie să-și amintească și să se elibereze de toate spaimile și de toată răutatea ce țin de tatăl copilului, pe care ea le-a suportat încă de la începutul sarcinii. Și atunci teama copilului că se va întâmpla ceva cu tatăl său va dispărea.

Dezvoltarea vieții copilului nu se limitează la părinți, adică ereditar, și totuși el își însușește de fiecare dată doar lecțiile concrete ale vieții lui. Fiecare viață are programul ei, la fel ca la școală. Pentru fiecare copil acest program sunt părinții.

Este timpul să-i învățăm pe copii încă din copilărie. Ei învață cu rapiditate să devină înțelepți... Învățându-i să aibă încredere în simțurile lor și să-și ierte spaimile, vor crește puternici și deștepți. Și ar fi mult mai bine ca noi să devenim mai deștepți, învățând de la mintea deschisă a copiilor.

Sănătatea copilului este oglinda vieții lui

Oamenii nu pot fi vindecați dacă nu-și schimbă modul de gândire și de reprezentare. Eu nu pot decât să dau sfaturi. Fiecare trebuie să acționeze singur. Cine s-a obișnuit să trăiască luând totul de-a gata n-are decât să aștepte vindecarea.

Dacă omul crede că are prea puțin timp de pierdut pentru a sta să mediteze, va suferi până va înțelege că este mai importantă o gândire corectă și logică, după care să urmeze o acțiune rațională care îi va economisi forțele, sau se va bălăci fără sens, după care își va da seama că nu și-a realizat scopurile și că sănătatea îi este atât de zdruncinată încât n-o mai poate lua de la capăt.

Viața înseamnă a învăța. Învățătorul este răul. Cine nu-și învață lecția, se îmbolnăvește.

Boala este timpul ce ți se oferă pentru a putea trage concluzii. Cu cât omul își va înțelege mai repede greșelile, cu atât mai repede se va vindeca. Pentru a înțelege, trebuie să gândească. Pentru a gândi are nevoie de liniște și de a fi singur cu el însuși.

În realitate, lucrurile stau însă cu totul altfel. Rareori, bolnavul îi va conduce spre ieșire pe cei ce îl obosesc cu compătimirea lor sâcâitoare. Trebuie să înțelegem că bolnavul are nevoie de liniște, în cazuri extreme – de un fond muzical liniștitor, sau de sunete din natură. Cu cât boala este mai gravă, cu atât bolnavul suportă mai greu televizorul, radioul sau discuțiile cu vizitatorii. Oamenii nu fac deosebire între bine și rău, confundă noțiunile de „necesar” și „excesiv” și nu înțeleg de ce bolnavul nu se vindecă, de ce este atât de irascibil. De ce, oare, când se bucură de o îngrijire excepțională și de confort? în mintea lor, ajutorul medical echivalează cu confortul oferit de spital. Nu toți înțeleg, vai, că vindecă cel mai bine căldura sufletească a celor care îl înconjoară pe bolnav și gândirea lui corectă.

O altă categorie de oameni sunt cei la care frica *nimeni nu mă iubește* este foarte puternică și nici nu le trece prin cap să-și clarifice cauza îmbolnăvirii. Ei știu, încă din copilărie, că bolnavul se află în centrul atenției, că este îngrijit, că este răsfățat, că i se permite ceea ce este interzis etc. La început se autocompățimesc, cu timpul devin plângăreți. Le este atât de frică să se însănătoșească definitiv încât încep să creadă că sunt bolnăvicioși. Ei nu vor să se însănătoșească și de aceea, pentru ca ei să

supraviețuiești, trebuie să-și schimbe modul de gândire cei care suferă din cauza lor. De regulă, aceștia sunt membrii familiei.

Înainte de toate, să învățăm

La baza tuturor lucrurilor se află gândul, apoi urmează fapta pe măsura gândului. După un gând corect urmează o faptă corectă.

Un om bolnav este cel care a gândit greșit și a trăit incorect. Dacă el va învăța să gândească corect, se va însănătoși. Necesitatea de prim ordin a vieții actuale este de a schimba viața însăși.

Dacă vreți să mă contraziceți - că, chipurile, până acum viața și sănătatea dumneavoastră au fost în ordine, aflați că acest dar al naturii - sănătatea - pe care o numim fericire, și care până de curând vă dădea posibilitatea să vă bateți joc de ea, pur și simplu a secat. Aveți grijă cum trăiți în continuare. Ar fi fost mult mai bine să vă fi corectat înainte greșelile.

Eu vă învăț să faceți acest lucru cu ajutorul iertării pentru că iertarea este o forță eliberatoare uriașă. Iertarea este și cea mai simplă metodă de a ne elibera de rău.

Suntem oameni de pe planeta Pământ. Civilizația contemporană se află la răscrucea secolelor și mileniilor și criza în care ne aflăm este un indiciu clar că va urma o cotitură radicală. Răul pe care l-am acumulat trebuie să se transforme în bine. Pentru aceasta e nevoie ca răul să-și rupă șira spinării. Coloana vertebrală simbolizează modul de organizare a vieții.

Fiecare este liber să decidă cum va supraviețui. Ne putem ascunde capul în nisip și să spunem că iarăși ne-am prostit și că nu se va schimba nimic. Totuși, schimbările din natură și societate nu numai că sunt evidente, dar sunt și palpabile, iar sănătatea tot mai precară a oamenilor este o dovadă în acest sens.

Nu este oare straniu că, dacă un om simplu spune un mare adevăr de viață, el este considerat prost, iar, dacă în decursul vremii acest adevăr va încolți pe ogorul suferințelor umane și un oarecare tip învățat îl va pune

repejor pe hârtie sub forma unei teze de doctorat, el va fi considerat deștept?

Nu este mai bine, oare, ca fiecare dintre noi să descoperim binele cu inima noastră și să nu așteptăm ca această mare înțelepciune să fie impusă forțat în școală, și din cauza constrângerii ea să devină din nou o absurditate pentru copii?

Nicio constrângere nu este bună. Dacă mi se spune: „*ce să-i faci, copilul nu învață decât dacă este obligat*” sfatul meu este următorul – analizați-vă pe dumneavoastră înșivă și veți vedea de ce copilul nu este ascultător. Dacă veți constata că el nu seamănă cu părinții, atunci închideți ochii la greșelile lui. Va trebui să începeți prin a corecta propriile greșeli și imediat se va schimba și copilul.

Pe profesorii care văd în copii numai niște turbulenți care le perturbă liniștea personală și sunt foarte exigenți cu ei, eu i-aș sfătui să stea de vorbă cu colegii lor care au fost la mine la consultație. După ce și-au lămurit problemele ei au înflorit asemeni unor trandafiri care își deschid petalele, recunoscând cu bucurie că toate acestea pot fi aplicate și la școală. Ce fericire! Profesorii au descoperit brusc cheia potrivită pentru problemele elevilor lor recalcitranți. Ce îmbucurător este să-l ajuți pe copilul care a fost o povară apăsătoare pentru toți și pe care nu l-au înțeles nici măcar membrii familiei.

În rătăcirile și necredința ei în bine omenirea a transformat Pământul într-o planetă a suferințelor sufletești. Și, totuși, ne întoarcem aici iarăși și iarăși. De ce?

Omul se naște iarăși și iarăși ca să învețe. Și învață prin rău. Însușindu-ne lecțiile răului, devenim mai înțelepți, evoluăm pe spirala dezvoltării. Acesta este modelul cosmic al dezvoltării.

Ca tot ce există pe lume, cunoașterea are două părți:

— Prin învățare.

— Prin suferințe.

Hristos a venit să ne învețe iertarea, să elibereze răul, pentru a deschide calea binelui. Dar oamenii nu erau

pregătiți spiritual - li se oferea prea devreme binele! Cea mai mare parte a omenirii a ales calea suferințelor.

Alegerea făcută de om este liberă și sfântă, dar fiecare trebuie să știe că după faptă vine și răsplata. Nici corpul, nici societatea, nu mai pot să se vindece la nivel fizic așa cum ne-am obișnuit. Medicamentele nu-și mai fac efectul și majoritatea bolilor devin cronice. Pe cel căruia îi este lene să gândească, foarte curând nu-l vor mai ține nici propriile picioare.

Celui care nu-și va schimba principiile i se va rupe coloana vertebrală* căci coloana vertebrală a materialismului a devenit fragilă.

Omenirea se află la răscruce - oile și caprele trebuie să meargă fiecare pe drumul lor. Toate sunt libere să aleagă - să meargă mai departe sau să rămână pe loc. Pentru ca noi, oamenii, să putem merge cu rost mai departe trebuie să ne descoperim capacitatea de a gândi. Un ajutor de neînlocuit și foarte puternic pe această cale este rațiunea care până acum a folosit oamenilor doar pentru a-i duce în ispită.

Iertarea este calea minunată pentru a ne descoperi capacitatea de a gândi. Dacă până acum 10 ani omul putea să se adreseze unui Dumnezeu nedefinit pe care și-l imagina, hai să spunem, ca pe un bătrân cărunt așezat pe un nor, care interzice, ordonă și pedepsește, acum, a apărut necesitatea de a-l înțelege cu adevărat. Este timpul să o facem.

Dumnezeu este Unitatea a tot ce există

Ca orice întreg, Dumnezeu este alcătuit din părțile mici. Și fiecare partăciacă este formată din altele și mai mici. Dumnezeu este întregul alcătuit din părțile mici și organizate într-un mare sistem în continuă mișcare și schimbare. Dumnezeu nu poate fi exprimat pe hârtie, el este tot ce există: el poate fi prezentat ca o lumină care se duce spre infinit. Fiecare îl percepe pe Dumnezeu în felul său. Cine-l percepe corect, va avea sănătatea și viața în ordine.

DUMNEZEU este VIAȚA. Dumnezeu este energia

care trebuie să se afle în mișcare. Tot ce stagnează, dispare.

Ce fel de energie este aceasta? La școală am învățat despre energia electrică, magnetică, atomică etc. Ce este energia divină?

Dumnezeu este energia iubirii

Toate energiile, care au diferite denumiri, sunt structuri distincte, formate la rândul lor din particulele primare ale energiei iubirii. Obiectele fizice tari la pipăit sunt formate și ele din energia iubirii, iar starea lor statică este iluzorie.

Și omul și sănătatea lui sunt energia iubirii, sau, pe scurt, Iubire.

Baza și creatorul vieții este Iubirea

Energia iubirii este pretutindeni, și este suficient de multă. Răul decurge din prea puțină Iubire... Astăzi, rău există foarte mult.

Doar acea energie care poate să curgă liber este energia iubirii. Ea trebuie să curgă, să fie în mișcare, ca omul să se simtă iubit și să iubească și el astfel încât să simtă și alții iubirea sa.

Aud deseori spunându-se: „*Eu iubesc, dar nu sunt iubit*”. Această durere sufletească este specifică tuturor femeilor, bărbaților, copiilor. Cu cât omul care rostește aceste cuvinte este mai tânăr, cu atât este mai puternic acest sentiment, apărut chiar de la nașterea sa, și cu atât mai rapid el se va acumula pe parcursul vieții.

Senzația că *nu există iubire* pare corectă în principiu nu pentru că *nu suntem iubiți*, ci fiindcă nu permitem energiei iubirii să iasă din noi. Nu ne trece prin cap să ne descotorosim de fricile care formează în jurul nostru un zid prin care iubirea nu poate trece ca nouă să ne fie bine. Este un sentiment îngrozitor, care lasă totuși loc unei oarecari speranțe. Cel mai înspăimântător este sentimentul că *nimeni nu are nevoie de iubirea mea*. El ne face viața fără sens.

Să știți – cine trăiește, este iubit de viață, iar viața este Dumnezeu.

În caz contrar nu ați mai fi în viață. Sentimentul că „*nimeni nu mă iubește*” este reprezentarea dumneavoastră, reprezentare falsă, provocată de neînțelegerea vieții și a celorlalți oameni. Același lucru se poate spune despre sentimentul „*nimeni nu are nevoie de iubirea mea*”

Dacă cineva spune că nu îi este teamă că *nu este iubit* sau că *nu are nevoie de iubire, că se descurcă în viață și fără ea*, înțelege iubirea doar ca o relație intimă. A dispune de corpul fizic al partenerului este plăcut, dar este și iluzoriu. Mai ales dacă este un corp tânăr, elastic și frumos. Odată cu pierderea acestor calități se pierde și ceea ce era numit până atunci iubire.

Noi nu înțelegem că existența noastră este determinată de realitatea nevăzută, că realitatea materială este doar o foarte mică părticică a Unității supreme care se numește Dumnezeu. Și nici că actuala criză are drept cauză negarea lui Dumnezeu, negarea Iubirii, materializarea Iubirii.

Dumnezeu este energia Iubirii. Este extrem de important să înțelegem acest lucru

Cine-l neagă pe Dumnezeu, neagă Iubirea, iar fără iubire tot ce ființează moare. Negația este în felul acesta neființă.

Omul care se neagă pe sine însuși, nu există. Cum poate binele să vină la el, dacă el este doar un loc gol? Binele este doar energia iubirii în multidiversitatea sa. Tot ce există, material sau imaterial, sunt structuri diferite alcătuite din particule primare ale energiei iubirii.

Negându-l pe Dumnezeu, omul se neagă pe sine, fiindcă și corpul uman este una dintre structurile energiei iubirii. Învățați cu modestia, îi învățăm și pe ceilalți același lucru. Auzim mereu - „*Ei, na! Eu n-am nevoie de nimic!*” Aceasta este negare de sine.

Oamenii, orbiți de setea de câștig și trăind în spiritul ateismului, nu vor să se schimbe și continuă cu obstinație să transforme lumea după bunul lor plac. Considerând că omul este atotputernic, ei îl urăsc pe Dumnezeu. Din cauza

urii, corpul lor este nevoit să sufere foarte mult. În felul acesta, corpul îi oferă omului posibilitatea să înceapă să înțeleagă corect viața. Acești oameni se roagă să moară pentru ca chinurile lor să înceteze, dar Moartea nu-i va ajuta. Moartea este același Dumnezeu prin care răul se transformă în bine.

Este o fericire când oamenii, indiferent din ce motiv, încep să se intereseze de Dumnezeu. Este totodată regretabil că o mare parte dintre acești oameni se află într-o criză sufletească profundă și doresc să-și extindă doar problemele lor personale. Mulți dintre ei sunt hărăziți să fie decepționați, fiindcă cu Dumnezeu nu poți să te târguiești.

Creierul ametit de tranchilizante își pierde voința, nu poate să gândească și nici nu se învrednicește să facă ceva.

Repet: Dumnezeu este iubire. Iubirea este energie.

Energia are conștiință și de aceea putem să comunicăm cu ea. Comunicând corect cu un prieten sau cu un dușman, putem să ajungem la o înțelegere pozitivă. La fel este și cu energia gândurilor. Putem să vorbim cu ea și s-o eliberăm din corp. Eliberându-se, ea se transformă în bine.

Vă amintiți cum se distribuie tipurile de energie în corp? Ar fi trebuit să învățați pe de rost aceste date.

Distribuirea energiilor în corpul uman

În schema de mai jos puteți găsi, dacă gândiți, cauza aproximativă a bolilor corpului dumneavoastră.

Partea stângă a corpului – energia masculină sau tot ce ține de tată, soț, fiu, sexul masculin.

Partea dreaptă a corpului – energia feminină sau tot ce ține de mamă, soție, fiică, sexul feminin.

Nota Bene! Filosofia orientală ne învață invers, eu știu acest lucru. De aceea mi-am verificat cunoștințele. Evident, m-am adresat mentorilor mei superiori. Numai în cazuri excepționale mi se dă un răspuns verbal scurt. De obicei mi se spune: „Știi și tu singură! Asta-i tot!” La această întrebare mi-au răspuns: „Acesta este nivelul

superior. De ce nu te uiți tu singură? Asta-i tot”.

Mediumul Hilia a întrebat de ce eu văd amplasarea energiei altfel decât ceilalți. Iată ce i s-a răspuns:

„În copia corpului fizic, energia masculină este situată în dreapta, iar cea feminină în stânga. Aceasta este forma energiei în ansamblu, al cărei nivel deja poate fi depășit de om. Mai mult, omenirea are nevoie de această depășire.

Pentru Luule, forma de energie care i s-a revelat constituie treapta superioară pentru om, fără de care omul fizic nu poate exista. Aceasta este proiecția omului ca un tot unitar la nivelul materiei subtile, tot unitar care nu dispăre niciodată, ci se întrupează iarăși și iarăși, dacă așa este dispoziția Registrului Cosmic.

Magnetismul este o formă de spiritualitate a fiecărei unități însuflețite și neînsuflețite. El determină dărnicia greu de îndurat a unității fizice. Și el se întinde deja până la nivelul polilor gravitaționali.

Esența energiei magnetice devine vizibilă prin iertare. Folosirea magnetismului în scopuri curative va da omenirii posibilitatea de a supraviețui”.

Partea inferioară a corpului - energia ce ține de trecut; cu cât este mai jos cu atât mai îndepărtat este trecutul. Cu cât este mai aproape de pământ, cu atât problema este mai materială.

Partea superioară a corpului - energia ce ține de viitor.

Partea din față a corpului - energia sentimentelor ce se acumulează în chakre sau în centrii energetici:

— Chakra I - energia forței vitale; este situată pe suprafața interioară a coccisului;

— Chakra II - sexualitatea, situată la nivelul osului pubian;

— Chakra III - putere și dominare, așa numitul plex solar; este situată la nivelul ombilicului;

— Chakra IV - iubirea, situată la nivelul inimii;

— Chakra V - comunicarea, situată la nivelul laringelui; gâtului.

— Chakra VI - speranța sau echilibrul din lumea sentimentelor, așa-numitul al treilea ochi; este situată la nivelul frunții;

— Chakra VII - credința, situată la nivelul osului parietal.

NB! Dacă omul are credință, speranță și iubire are viitor.

Partea din spate a corpului - energia voinței sau forța voinței.

Pe partea dorsală a corpului de află coloana. Vertebrală, în interiorul coloanei se află canalul energetic principal din care energia pătrunde în canalele laterale, iar de acolo în organe, țesuturi etc. Coloana vertebrală joacă un rol hotărâtor în funcționarea și capacitatea de muncă a corpului fizic. La o analiză atentă cu al treilea ochi, doar a coloanei vertebrale, pot fi determinate toate bolile corpului.

Din fiecare vertebră, printr-un canal energetic, circulă energia care ajunge într-un anumit organ. Când o vertebră este lezată, organul corespunzător ei se îmbolnăvește.

Nicio vertebră nu este lezată fără să existe o cauză. Cauza oricărei boli este blocarea energiei provocată de un stres. Dacă fluxul de energie a iubirii este lent, în viață totul începe să meargă pe dos. Dacă fluxul de energie a iubirii se întrerupe, omul moare și nu-l mai poate ajuta nici cel mai performant aparat de reanimare și nici cel mai bun doctor.

Aș vrea să-i liniștesc pe unii dintre bolnavii de scleroză cărora le este frică să utilizeze coaja de ou în scopuri terapeutice. Calciul nu amplifică, ci diminuează scleroza. Când se întărește scheletul, se întărește partea masculină din om. Scleroza înseamnă o atitudine rigidă, îndărătnică. Consumând coajă de ou, vă diminuați răutatea față de sexul masculin ca principalul vinovat de eșecul economic al lumii. Aceasta se întâmplă chiar și atunci când nu vreți să-i iertați pe bărbați și nu știți să vă eliberați de ideile dumneavoastră preconcepute. Corpul vă va ajuta să

faceți acest lucru.

Frica blochează circulația energiei iubirii

Atunci când frica atrage răul, răutatea începe să distrugă corpul. Civilizația contemporană a acumulat stresuri pe parcursul multor vieți și generații. Cărțile de popularizare consideră stresul ca o stare tensionată a organismului, un fel de reacție de apărare la factorii negativi. În realitate, stresul este legătura energetică invizibilă cu răul.

Tot ce este rău pentru un anumit om constituie pentru el un stres, în timp ce pentru un altul nu este obligatoriu să fie un stres.

Medicina percepe stresul doar la nivelul fizic – boala provocată și cauza ei probabilă. Atât medicina cât și oamenii percep stresul ca o presiune psihică urmată de boală.

În realitate, acumularea energiei negative are loc cu mult înainte de apariția bolii fizice.

Ați avut ocazia să vedeți figuri cu imaginea biocâmpurilor energetice ale omului. Este o cunună de raze care leagă omul de evenimentele din viața actuală, dar și din viețile anterioare. Razele pozitive sunt albe și se unesc cu evenimentele pozitive, razele negative sunt negre și duc către evenimentele negative rămase necorectate. Totul poate fi corectat prin iertare, indiferent de timpul când a fost săvârșită fapta. Doar iertarea este forța miraculoasă care eliberează răul.

Tot ce este bun pentru om este răul pe care el l-a învățat din viețile anterioare. Tot ce este rău trebuie învățat în viața aceasta. Dacă nu vom face acest lucru, va rămâne ca o datorie karmică și va fi și mai greu de ispășit în viața viitoare. Negativitatea își face continuu treaba.

Locul spre care duce raza neagră pierde continuu din pozitivitate și, treptat, se îmbolnăvește.

Fiecare gând incorect atrage negrul. Dacă dorim să avem o viață bună și o sănătate bună trebuie să rupem legătura neagră, sau stresul.

Legea divină – similarul atrage similarul

Corpul omului își cunoaște îndatoririle, prin el spiritul trebuie să capete înțelepciune. Corpul știe că, dacă în el a pătruns un stres, atunci această lecție de viață a rămas neînvățată și, ca atare, corpul trebuie să atragă către sine iarăși și iarăși ceva asemănător, până când omul va avea o mare suferință și va înțelege care este cauza bolii sale. Aceasta este una din modalitățile de a căpăta înțelepciune.

A doua posibilitate este prin învățare. Cine își însușește înțelepciunea prin învățare, chiar de la primul semnal al corpului, va proceda corect – se eliberează de rău prin iertare și nu mai este nevoit să sufere. Corpul înțelege că omul s-a deșteptat.

Cine are frica în suflet, pe acela îl va speria cu siguranță cineva.

Cine are în inimă sentimentul de vinovăție acela așteaptă pe cineva care să-l învinuiască.

Pe cel ce este rău va veni cineva să-l înfurie – căci el are nevoie de acest lucru, are foarte mare nevoie!

Cel care strigă cu disperare: „*Dar eu nu vreau!*”, trebuie să-i dovedească corpului dorința sa prin eliberare de stres, întrucât corpul nu înțelege alt limbaj. Corpul nu întreabă de ce omul nu știe și cine nu l-a învățat, el se apucă imediat să-l învețe, și o face cu sinceritate, simplu și aspru.

Dintre stresuri, cea mai zdrobitoare influență o are frica. Frica acționează asupra rinichilor și suprarenalelor, blocându-le activitatea. Organul pe care se localizează frica, se face ghem, ca să se apere. Tulburările pot ajunge până la convulsie, spasm sau deformare. Frica pătrunde totdeauna în suprarenale și în rinichi având ca rezultat un spasm. Un țesut în stare spasmodică nu permite circulația sângelui prin el, organul nu primește hrană și nu își poate îndeplini funcțiile. Hormonii suprarenalelor au o importanță vitală, încetarea activității lor conduce la o moarte rapidă. Omului aflat în moarte clinică i se face totdeauna injecție cu hormoni suprarenali, readucându-l astfel la viață în loc să ne tratăm cu medicamente scumpe

și în felul acesta să ajungem la stadiul în care este necesar un transplant de rinichi, așa numiții bolnavi de rinichi care nu mai au nicio speranță ar trebui să se elibereze prin iertare de fricile lor cronice care provoacă spasmul cronic al rinichilor. Atunci omul nu va mai trebui să aștepte moartea unui donator pentru ca să supraviețuiască el. Fricile apar din sentimentul de vinovăție.

Ai atâta iubire câta meriți

Cea mai mare frică a omenirii este frica *NIMENI NU MĂ IUBEȘTE*.

De ce?

Moartea corpului înseamnă pentru spirit doar că s-a încheiat o lecție de viață. Dar când moare iubirea, moare și spiritul și el se teme de acest lucru. De aceea el este un nod de energie a iubirii. Iubirea nu poate fi recreată.

Partea bună a negativității constă în faptul că ea îl învață pe om. Un om care nu știe ce este frica, ar muri instantaneu. Frica îl învață să aibă grijă de viața lui, să o prețuiască și să o facă să continue.

Cine a făcut o greșală, dar n-a corectat-o, și, deci, nu a înțeles-o, atrage în el frica. Omenirea a încălcat grav legile împărăției Divine și, până când nu își va ispăși în totalitate greșelile, trebuie să trăiască frica; ea ne ajută să devenim mai înțelepți.

Frica *NIMENI NU MĂ IUBEȘTE* formează un ZID LA LIMITA BIOCÂMPULUI care poate fi străpuns doar fizic. Străpungerea fizică a zidului fricii provoacă o senzație de constrângere, după care urmează o stare inexplicabilă de neliniște, irascibilitate, o senzație de pustiire și dorința de a îndepărta obstacolul.

Doriți să vă apropiați de omul drag cu speranță în suflet și simțiți ceva ce vă oprește brusc - răceală, lipsă de înțelegere. Deceționați, fie că vă veți apleca, precum o crenguță de mimoză, fie, invers, cu o privire arzând de mânie, vă veți învârtosa tot corpul - ați fost rănit și reacționați în funcție de starea sufletească. Ați simțit cum s-au unit cele două ziduri ale fricii - al dumneavoastră și al celuilalt - și energia negativă apărută poate fi atât de

puternică, încât, instantaneu, se va însuma în răutate. Și în loc de mângâiere se încinge cearta. Adevărul amar - *nimeni nu mă iubește* - se confirmă din nou.

Indiferent că este vorba despre sexul opus, despre părinți sau despre copii, oricum, din fricile însumate apare răutatea. Ambele părți simt durerea, dar dumneavoastră o simțiți doar pe cea proprie și trageți concluzia - *nimeni nu mă iubește*.

Bărbatul nu poate trăi fără iubirea femeii. Dacă nu se va elibera de fiică, bărbatul care vede în soție unicul obiect al iubirii, devine hipersexual. Cu cât relațiile intime sunt mai dese și mai banale, cu atât mai puternică va deveni fiica de a o pierde. În loc de satisfacție se va simți alarmat. Fără să-și dea seama, se va enerva și va intra în panică.

Zidul fricii începe să crească, provocându-i o durere tot mai mare, iar bărbatul simte că *nu e cum ar trebui să fie*. Simțindu-se din ce în ce mai pustiit sufletește, începe să devină gelos - unde s-o fi dus, cu alți bărbați, bineînțeles!? Un astfel de bărbat nu înțelege că problema este în el însuși. Grație acestei frici s-a dezvoltat sexologia contemporană, care nu poate fi alimentată cu iubire sufletească. Iubirea fizică este doar o mică parte a iubirii sufletești.

Pentru femeie sexul de acest gen este un chin; el poate să distrugă pentru totdeauna feminitatea din ea. Odată, o femeie respectată de toată lumea, frumoasă și divorțată care s-a dedicat în totalitate muncii, mi-a spus cu o ironie amară: „*Am avut un soț atât de bun, încât, trăind cu amintirea lui, nu-mi mai trebuie altul*”. Răutatea apărută în urma acumulării ambelor frici, a lui și a ei, le-a distrus viața. Soțul a devenit un alcoolic cronic.

O soție geloasă își extenuază și ea soțul și continuă să cultive gelozia, în loc să se elibereze de ea.

Sclavia iubirii

Frica *nimeni nu mă iubește* atrage, pentru cel care o are, suferințe menite să-i demonstreze că nu este iubit. Cum altfel ar putea să simtă că nu este iubit?

Frica *nimeni nu mă iubește* îl face pe om să

cerșească umil iubirea, indiferent a cui și indiferent cum. El se supune celor mai necruțătoare înjosiri. Istoria este plină de cazuri de înjosire a femeii. Feministele contemporane au hotărât să se răzbune. Greșeala aparține ambelor părți. Indiferent de sex, starea de umilință rămâne o stare de negativitate. Eliberarea de ea îl va elibera pe om de umilință.

Oamenii buni și inimoși se umilesc în fața partenerului lor de viață, a copiilor, prietenilor, rudelor. Din nevoia uriașă de a face bine, ei devin slugi, sclavi, servili

Aflat într-o astfel de situație, un om cu simțul propriei demnități se va mira și va încerca să o oprească pe sluga care se tot umilește. Ar putea să facă un gest de dezaprobare, dar iritarea provocată de acest gen de servilism rămâne. În același timp, sclavul iubirii va cădea în disperare și îl va învinui pe celălalt că nu are nevoie de iubirea lui, fiindcă nu i-o acceptă. În cazul lui va apărea un amalgam de gânduri, va descoperi că este urât, că este slab, că nu e demn de a fi un partener, că e bătrân, prost și alte o mie de gânduri care îi umilesc demnitatea. Va încerca din toate puterile să se îndrepte, va începe să-și ofere cu înflăcărare serviciile și nu va vedea că celălalt a luat o poziție de apărare – cine are nevoie de un astfel de bine? Urmează reproșurile sclavului ale cărui eforturi, după părerea lui, nu au dat roade.

Femeile își manifestă nefericirea într-un mod aparte, întrucât femeia iubește cu urechile și ea vrea să audă că este apreciată. Bărbații iubesc mai mult cu ochii și de aceea ajung mai târziu la punctul critic al stresului lor.

Femeia modernă acordă o importanță foarte mare aspectului său exterior, ea satisface nevoia bărbatului de iubire cu o iubire la nivel fizic și abia la bătrânețe bărbații recunosc că au fost amăgiți. Bărbatul modern își provoacă el singur această amăgire preamărind iubirea fizică. Cu cât este mai intensă dorința lui de a părea un intelectual, cu atât există mai multă spoială exterioară și mai puțină omenie, disimulată și ea, sexualitatea fiind o parte

integrantă. Un om natural, adevărat nu are nevoie de sexologie. Doar intelectualul simte nevoia să rumege artificial această înțelepciune naturală. Din păcate, înlocuitorul este totdeauna frumos pe dinafară, dar este lipsit de viață.

Frica *nimeni nu mă iubește* îl împiedică pe om să ofere adevărata iubire și să primească adevărata iubire. Până când ambele părți nu vor înțelege acest lucru, relațiile sexuale vor rămâne lipsite de spiritualitate.

Exterminarea fricii

Fără iubire viața își pierde sensul. Lipsa de sens te împinge spre pahar. Așa se îneacă durerea sufletească provocată de lipsa iubirii, fiindcă oamenii nu știu să se elibereze de ea și, dacă se întâmplă, este deja prea târziu, nimic nu mai are sens.

Alcoolul este mijlocul cel mai accesibil pentru înăbușirea durerii sufletești. Oamenii care își îneacă suferința în alcool nu înțeleg că își distrug demnitatea. Beția este frica și refuzul de a vedea înjur *frumosul*, fiindcă pentru cel care bea totul este rău. Dimineața, după o beție cruntă, demnitatea lui lezată îl împinge să se amețească în asemenea hal încât să uite de umilință și de cei care l-au umilit. Corpul îl ajută să atingă acest scop prin distrugerea celulelor creierului. Și astfel, de frică apare pe nesimțite răutatea față de sine și față de ceilalți.

Frica *nimeni nu mă iubește* ne oferă diferite lecții de viață. De exemplu, soțul se grăbește să ajungă acasă să-i spună alesei inimii lui că o iubește, dar, în pragul casei simte cum i se opresc cuvintele în gât sau, chiar dacă le-a spus, ele nu mai au nici urmă de tandrețe și forța iubirii a dispărut. Cel mai adesea, cel care vine este bărbatul, cel care așteaptă - este femeia.

Soțul a uitat că până mai ieri se grăbea să plece de acasă, fiindcă atmosfera din familie îl apăsa, îl copleșea, îl exaspera, îi provoca depresie. Acum are nevoie de iubire și de aceea vine iarăși și iarăși după ea. El vrea ca soției să-i fie bine fiindcă atunci îi va fi bine și lui, dar nici acest lucru nu știe să-l înțeleagă. Nici el, nici ea nu sunt capabili să se

elibereze de frică. În cel mai bun caz, el o dojenește pe ea spunându-i: *tu nu te menajezi, de ce te extenuezi, se poate trăi și altfel* ș.a.m.d. Sau ea îi spune lui același lucru.

Aceste cuvinte, presupun ei, sunt o dovadă de tandrețe și, deci, de iubire. Și oricum ai da-o, nu este așa - femeia modernă așteaptă cuvinte mari și frumoase, dar-intuiește imediat nesinceritatea. Cuvintele care nu-și ating scopul devin false și atunci nici cel care le spune, nici cel care le aude nu se simte în largul lui. Obstacolul în calea gândurilor bune, cuvintelor și faptelor îl constituie zidul fricii. Cel care le spune, își simte neputința, iar cel care ascultă - inutilitatea. În consecință apare frica de a se exprima prin cuvinte. Apoi apare o nouă frică, de neînvins - *mai bine nu deschid gura, oricum o să trântesc ce nu trebuie*. Iubirea este rănită, dar încă mai rămâne. Se îngrozește la gândul că ar putea să o piardă și mâna i se duce spre sticla de băutură. Este calea spre autodistrugere. Dacă nici sticla nu-l ajută, și curând n-o să-l mai ajute să-și înăbușe durerea sufletească, atunci recurge la calmante sau chiar la droguri.

Astfel de oameni spun că trăiesc pentru ceilalți, dar nu văd că, distrugându-se pe ei, provoacă celorlalți durere sufletească. Și dacă le spui, te vor săgeta cu o privire cruntă, de răzbunare. Alcoolul le dă posibilitatea să verse din ei, deschis, fără nicio rușine, tot ce simt și să mai și insiste cu prostiile lor de om beat. La drept vorbind, e bine că omul a putut să spună ce are de spus. În discuții, bețivul rostește adevărul lui. În felul acesta, el își învinge frica „*nu mă place lumea când sunt cinstit*” frica *nimeni nu mă iubește* îl împiedică pe om să fie sincer.

Cine a reușit să învingă această formă de autoamăgire prin alcool sau cine a trecut prin coșmarul bahic, se îngrozește, devine de la început sclavul iubirii. Un astfel de om se teme să nu se autodistrugă. În dorința de a fi pe placul cuiva începe să se ploconească, să fie grijuliu, să fie slugarnic.

Unul autoritar va privi cu un zâmbet superior la toată această agitație și se va lăsa slugărit, fără să dea vreun

semn de recunoștință. Îi place slugărnicia sclavului, îi place să-l mângâie pe cap cu condescendență, când are chef, și cu toate astea va simți că îl disprețuiește. Nici el nu înțelege că prin asta face rău. Ar putea el să-și îndrepte greșeala, dacă celălalt nu se pricepe, dar nu știe cum s-o facă. În realitate el disprețuiește pe omul însuși, nu situația în care se află acela - care este nenaturală; disprețul lui este adresat celui care se umilește. Fără să-și dea seama, stăpânul vrea să iasă din această situație, care îl umilește și pe el, fiindcă îl face slab, dar o face călcând în picioare demnitatea sclavului. Cum o va face, în gând, prin vorbe sau fizic - depinde de împrejurare. Până când stresurile nu vor fi eliberate, rezultatul va fi, categoric, contrar celui așteptat.

Este imposibil să-i dai sclavului iubirii, fie el femeie sau bărbat, atâta iubire câtă îi trebuie, fiindcă el trebuie să simtă că nu este iubit.

Iubirea înseamnă libertate, nu posesiune. Iubirea este binecuvântare și nu sclavie.

Indiferent de gradul de sclavie, când frica servilă că *nimeni nu mă iubește* crește, omul se înverșunează și devine capricios. Orice frază ar spune, ea sună teatral și umil și provoacă enervare. Dacă te roagă. „*Dă-mi să beau*” îți vine să-i răspunzi: „*Nu-ți dau*”.

La un astfel de comportament, celălalt începe să tune și să fulgere, întrucât un om care nu suportă înjosirea și pe cei care se înjosesc, nu este în stare să se stăpânească într-o atare situație. Sau, de exemplu, dacă îi oferi din toată inima o mâncare gustoasă unui sclav capricios, el va lua o fărâmitură căzută pe masă, vrând să spună prin toată atitudinea lui: „*Ei, crezi că mie îmi trebuie așa mult?*” Indiferent dacă aceste cuvinte le spune cu voce tare sau nu, ele vor avea efect și celuilalt i se va strica dispoziția. Tensiunea va continua să crească.

Totdeauna, un om capricios poate să spună: „*Eu n-am spus nimic rău, iar el, vezi, s-a supărat. Eu nu mai am dreptul nici măcar să spun un cuvânt sau să fac ceva!*” Astfel, încetul cu încetul frica *nimeni nu mă iubește* se

transformă într-o armă.

Răutatea pe autoumilință, fiindcă nu a realizat nimic cu ajutorul ei, îl determină acum să se înjosească și să meargă să se milogească cu spinarea îndoită. De unul singur nu o scoateți la capăt. Înjosindu-vă, ați distrus relațiile umane normale și l-ați enervat pe celălalt. Acum trebuie să îi cereți ajutorul. Ar fi fost însă mai bine să cereți iertare greșelilor voastre.

Recent, la o conferință, un bărbat m-a întrebat cu un zâmbet ironic: „*Ce mai e și asta – frică?*” Întregul auditoriu a trebuit să afle că există pe lume un om care nu cunoaște acest sentiment. De fapt, el și-a dat la iveală frica lui *că cineva se îndoiește de curajul meu*. Superioritatea lui disprețuitoare a vorbit de la sine. Cu un astfel de om să nu pleci la drum. Bravura de fațadă este întotdeauna susținută de alcool. Și acest bărbat nu era nici el o excepție.

Un bărbat rău este un bărbat slab. Lui nu trebuie să-i încredințezi o treabă importantă. Este posibil, de exemplu, ca în cel mai critic moment el să moară de răutate și treaba importantă să rămână neterminată. Acest adevăr se referă și la femeile rele.

Dragi sclavi ai iubirii! Iertați-vă spaima că *nimeni nu vă iubește* și atunci ea vă va părăsi. Voi înșivă ați cultivato până la nivelul de răutate și ea nu se simte bine dacă o țineți în captivitate. Dacă nu există frica *nimeni nu mă iubește*, nu există nici frica *iubirea mea nu este acceptată*.

Învățați să iertați corect

Iertarea este unica forță eliberatoare din Univers.

Iertarea adevăratei cauze îl eliberează pe om de boli, de greutatea vieții și de alte lucruri rele.

Cum să iertăm? Este mai greu decât ați presupus? Nu-i nimic, vom învăța!

1. Dacă cineva mi-a făcut un rău, îl iert că a făcut acest lucru, și mă iert și pe mine că am atras în mine acest rău.

2. Dacă eu i-am făcut cuiva vreun rău, îl rog să mă ierte și mă iert și pe mine că am făcut acest rău.

3. Întrucât i-am provocat suferințe corpului meu, făcându-i eu rău altuia sau permițându-i altuia să-mi facă mie rău, în oricare dintre cazuri cer totdeauna iertare corpului meu pentru că, prin asta, i-am dăunat.

Toate acestea pot fi rostite sau spuse în gând. Important este să fie din suflet. Aceasta este cea mai simplă iertare.

De obicei, oamenii o înțeleg, fără prea mari eforturi, deși pentru unii a-ți cere ție iertare este un obstacol greu de învins. A cere iertare unei părți concrete a corpului, de exemplu mâinii tale, pare un lucru ciudat. *„Este treaba mea dacă mi-am provocat un rău sau nu”* - spun unii, deși au în corpul lor un focar de boală.

Dacă vi se pare acceptabil doar să iertați pe cineva și să vă cereți iertare de la cineva atunci întrebați-vă: *Cine sunt eu și cine este el?”*

Eu îmi aparțin mie dar, în egală măsură, aparțin Unității Divine. La fel ca oricare alt om. Prin aceasta, corpul meu este, concomitent, al meu și al Unității Divine. Eu nu am dreptul să-l distrug. Deși corpul meu este al meu, eu nu sunt proprietarul lui.

Străduiți-vă să vă eliberați spiritul de gândirea materialistă. Pentru aceasta cereți-i iertare gândirii dumneavoastră că face colecție de dogme. Uneori este foarte greu să ierți pe cineva, alteori chiar imposibil, fiindcă v-a provocat multă durere.

Deși învățătura lui Hristos despre mântuire nu este nouă, este totuși nou înțelesul său profund și de aceea este nevoie de o explicație suplimentară.

Învățătura despre iertare poate fi abordată după următoarele principii:

Tot ceea ce îmi provoacă mie rău se află în legătură directă cu mine printr-o legătură energetică invizibilă. Dacă vreau să mă eliberez de rău, trebuie să eliberez ambele capete ale legăturii. Aceasta se face prin iertare.

Omul atrage ceea ce are deja în el.

Dacă are în el binele, trebuie să apară cineva care să-i facă bine. Dacă are în el răul, trebuie să apară cineva

care să-i facă rău.

Cel care vine, îmi dă o lecție de viață. El este un fel de executant al lucrării la comanda mea. Eu» vreau și el va veni.

Toată negativitatea care se află în om, și pe care el n-a știut s-o elibereze cu inteligență – cu ajutorul iertării, este o lecție de viață care a rămas neînvățată. Prin urmare, ea va trebui învățată prin suferințe. Pentru aceasta, trebuie să apară persoana sau situația care să-i provoace suferințe.

Iertarea este însoțită de conștientizare. Conștientizarea înseamnă înțelepciune.

Omul rămâne un ignorant atâta vreme cât vede cauza răului în alții.

Pe scurt, în formă schematică, formula iertării este următoarea:

1. Eu te iert, gândule rău, că ai pătruns în mine.

2. Iartă-mă, gândule rău, că n-am înțeles că tu ai venit să mă înveți să devin mai înțelept și nu m-am gândit că trebuie să te eliberez. Te-am făcut prizonierul meu și te-am cultivat.

3. Iartă-mă, corpule, că ți-am pricinuit un rău cultivând gândul rău.

Nașterea fricii

De unde începe frica omului acestei civilizații?

Cândva, în trecut, la o străbunică a apărut dorința de a-și domina bărbatul. Acela a fost începutul materialismului, începutul supremației femeii care a făcut din om un obiect.

Soarta omenirii este predeterminată de Dumnezeu. Materialismul este o lecție necesară, numai că ar fi fost mai bine ca învățarea ei să fie mai puțin dureroasă. Materialismul a vrut să ne facă mai înțelepți, el a dovedit clar că înțelepciunea ca ansamblu este un lucru bun, dar creierul uman nu este în stare să întreacă legile Divine ale naturii.

Omul nu poate și nu i-a fost dat să-L domine pe Dumnezeu. Nimeni nu are dreptul să domine pe nimeni.

Legăturile dintre soți nu trebuie să fie niște lanțuri înrobitoare. Și dacă sunt lanțuri, atunci ele provoacă totdeauna revoltă, adică răutate.

Numai libertatea îi oferă omului posibilitatea să fie el însuși. Un om liber este un om bun. Omul contemporan este prizonierul propriilor sale stresuri, dar el se consideră prizonierul altor oameni, situații, condiții etc. El caută vinovați, îi găsește și îi învinovățește și totuși viața devine din ce în ce mai grea.

Conform voinței lui Dumnezeu, bărbatul este capul, iar femeia gâtul. Amândoi au drepturi și îndatoriri minunate de care ar fi trebuit să se bucure. Și mai ales să înțeleagă că locul lor este exact acolo unde este. Și că, pentru a ne însuși lecțiile de viață, noi înșine ne-am ales acest corp împotriva căruia ne revoltăm acum.

Supremația fizică a bărbatului asupra femeii este o mare greșeală, dar o și mai mare greșeală a civilizației moderne o constituie dominația spirituală a femeii asupra bărbatului. Puterea poate fi învinsă numai prin supremația forței, adică prin constrângere. Simțind o amenințare la propria lui siguranță, bărbatul recurge la violență, chiar înainte de a apărea un pericol real.

Cauza constrângerii, caracteristică astăzi sexului masculin, o constituie materialismul.

Omenirea contemporană are de însușit următoarea lecție: *„ce-ar fi dacă gâtul ar fi deasupra capului?”* Când gâtul vrea să se situeze mai sus decât capul, un astfel de corp deja nu mai este sănătos. Corpul = familie = omenire este același corp care a fost creat după legile Divine, simbolic vorbind. Dacă însă ne supunem legilor create de om, acestea fiind contrarii celor Divine, corpul se distruge. Dar așa a vrut femeia. Cu timpul această dorință a crescut și devine din ce în ce mai puternică.

Materialismul înseamnă dominația femeii.

Majoritatea femeilor, cât și a bărbaților, este ferm convinsă că *vinovată este partea adversă*. Pentru a argumenta convingător dreptatea proprie se aduc mii de exemple din viață și mare este dezamăgirea nefericitei

victime când nimeni nu-și găsește o clipă de răgaz pentru a o asculta.

Cine dorește cu orice chip să domine, se înfurie dacă i se spune: *„Nu există nici rău, nici bine. În orice rău există un bine și în orice bine există un rău. Trebuie doar să-l căutați. Tot ceea ce îi pricinuieste omului suferință este atras de el însuși printr-o gândire eronată. Corectați-vă gândirea, eliberați-vă de răutate și tovarășul de viață se va schimba. Se va schimba cu siguranță”*.

Majoritatea celor care se înrăiesc nu pot să creadă acest lucru, căci ei s-au obișnuit să obțină totul prin forță. Mulți dintre ei sunt în aparență formidabili, compătimesc pe toată lumea, militează mereu pentru dreptate și totuși nu pot nicicum să-și pună ordine în viață.

Un om care gândește corect, nu face experimente pe alții, el își va organiza în primul rând propria viață - și acest lucru va fi o garanție pentru corectitudinea vieții sale și pentru a celorlalți, care nu au încredere.

Unii oameni se tem că fiecare cuvânt al meu va suna ca o învinovățire. Alții se revoltă în mod absurd sau o iau la fugă, presupunând că discuția ar putea să se încheie neplăcut. Marea majoritate a oamenilor se străduiește să rămână din politețe până la sfârșitul consultației și se chinuie până descoperă cu stupefație că în fața lor nu se află nicidecum un procuror, ci un om care vrea să-i ajute. Iată însă că acest ajutor se deosebește de cel obișnuit, întrucât prin ajutor se subînțelege de obicei un serviciu concret, palpabil.

În diversele noastre vieți noi suntem atât bărbați cât și femei. În felul acesta materialismul constituie o lecție de viață pentru întreaga omenire. Noi am vrut să aflăm ce va fi dacă încălcăm legile naturii și ne lăsăm conduși de lucruri.

Dorința de a domina, de a fi mai presus decât alții, te lipsește de rațiune și îmbolnăvește trupul. Acest lucru se referă și la cel care domină și la cel care permite să fie dominat. Oriunde s-ar întâmpla acest lucru - acasă, la școală, la serviciu, în cercul de prieteni sau la competițiile

sportive, nemaivorbind de dușmani - întotdeauna suferă ambele părți. Suferă însă de două ori mai mult cel care îi domină pe ceilalți.

Pierderea instinctului matern primordial

Din momentul în care străbunica a dorit să domine bărbatul, ea și-a pierdut instinctul matern. Ce înseamnă acest lucru?

Când străbunica s-a culcat cu soțul ei, ea a conceput un copil. Acest lucru a avut loc la nivelul instinctual și copilul, care, simbolic, a trecut pragul vieții sale, a fost primit cu dragoste. După cum se știe, spiritul este „ego”. „Ego”-ul are două laturi - sentimentul propriei demnități și egoismul. Fiecare spirit are nevoie să fie iubit și, deci, să fie întâmpinat, să fie invitat să trăiască.

Odată cu pierderea instinctului matern de către străbunică a apărut sexul și mama care practică sexul, nu știe când concepe copilul. Acesta, trecând pragul vieții sale, primește toate problemele de viață care s-au acumulat la părinți până în acel moment, întrucât forța emoțiilor negative o constituie viteza lor. Răul este întotdeauna mai iute de picior.

Spiritul copilului este esența iubirii - sinceră, curată și veșnică. Fiind totuși gingaș și ușor de rănit, el începe imediat să simtă că nu este iubit, întrucât nimeni nu-i spune: *„Te iubesc. Vino să crești spre bucuria vieții”*. Majoritatea oamenilor aduc cu ei dintr-o viață anterioară frica *nimeni nu mă iubește*. Cine a luat-o cu el, a venit să o elibereze în această viață.

Cui i s-a dat mai mult, de la acela se și cere mai mult. La străbunică rațiunea era dezvoltată mai puțin, la mama contemporană ea s-a dezvoltat considerabil mai mult și, ca atare, mama contemporană trebuie să facă totul și mai conștient.

Pe parcursul întregii perioade de sarcină, mama din ziua de azi face o greșală, ne înțelegând faptul că alături de ea se află un mare spirit care aude tot, vede tot, înțelege tot. Și vrea să învețe lecțiile acestei vieți fizice. El va fi nevoit să o facă, din nou, prin suferințe, deși ar fi

trebuit se facă prin învățare – venise vremea.

Primul și cel mai important învățător este mama

Datoria fiecărui învățător în fața lui Dumnezeu es»

te de a-i învăța pe alții adevărata înțelepciune. Omul contemporan materialist este lipsit de adevărata înțelepciune și de aceea munca de învățător este foarte grea.

Spiritul, sufletul și corpul trăiesc după legile naturii. Dacă rațiunea noastră înțelege greșit viața, suferă corpul. Cine învață greșit, trage în el sentimentul vinovăției care provoacă nervozitate, lipsa de încredere, tendința de a căuta greșelile la alții. În final, ca întotdeauna, orice stres se acumulează și se transformă în răutate.

În calitatea sa de învățător, mama trebuie să aibă priceperea de a învăța corect în numele său și al generațiilor viitoare. În numele vieților sale viitoare și ale copiilor săi. Gândul fiecărui om are putere, iar gândul mamei este cel mai puternic. Legătura invizibilă cu mama – ombilicul eteric – va exista veșnic. De aceea tot ce provine de la mamă se transmite instantaneu copilului și rămâne în el atâta timp cât mama este în viață. Dacă mama își va pune în ordine viața ei sufletească, copilului nu trebuie să-i ceară nimic, sufletul lui este liniștit. Acest copil își trăiește viața corect și rodnic.

Reguli pentru fiecare mamă

— Fiecare mamă trebuie să ceară iertare copilului său pentru că:

1. În momentul conceperii nu l-a chemat cu iubire la viață. N-a văzut în spiritul copilului un egal al său căruia să-i spună cu tandrețe că îl iubește. Când a simțit că este însărcinată, nu și-a corectat greșelile, nu s-a priceput nici atunci să vadă copilul și să comunice cu el. Adesea, mama modernă naște copiii pentru cineva (de exemplu pentru soț) sau de dragul unui scop (de exemplu de dragul prestigiului), copilul, însă, nu este un obiect și niciun mijloc. Cea care naște copilul ca un mijloc pentru a-și realiza un scop și ea însăși își cultivă gânduri neproductive, va avea parte de un mijloc neproductiv, chiar

de la naștere.

2. În timpul gravidității nu i-a explicat copilului gândurile, cuvintele sau faptele negative și nu și-a cerut iertare.

3. Nu înțelege că pruncul se naște singur, bazându-se pe forțele tatălui și așteaptă de la mamă doar să-l cheme cu iubire și să fie pregătită să-și deschidă căile facerii. Copilul așteaptă de la mamă doar: „*Te iubesc! Te aștept!*” Și el vine, fiindcă nu poate să nu răspundă la chemarea plină de iubire a mamei.

4. La naștere, în loc de iubire i-a transmis copilului stresurile sale și în el s-a fixat deja frica *nimeni nu mă iubește*.

— Fiecare mamă trebuie să se ierte că n-a știut toate aceste lucruri și că nu le-a făcut. Toate greșelile necorectate se *așază* în inima mamei sub forma unui inexplicabil sentiment de vinovăție.

— Fiecare mamă trebuie să-și ceară iertare corpului său pentru răul pe care i l-a provocat prin aceste greșeli.

— Fiecare mamă trebuie să ceară iertare copilului său pentru faptul că nu a știut să-i lămurească cele mai importante adevăruri:

Fiecare întreg constă din bine și din rău. Din cauza răului am venit pe această lume, întrucât numai prin rău învățăm. Binele doar echilibrează răul, și binele este răul pe care ni l-am însușit în viețile anterioare. Binele ne face mai puternici, iar răul ne poate face mai înțelepți

Pentru bine omul are sufletul, iar pentru rău - rațiunea.

Cel care primește binele cu inima, acela are forță.

Cel care primește răul cu rațiunea, acela are minte.

Iertați-vă mama că nu v-a învățat aceste lucruri și însușiți-vă aceste adevăruri importante.

Iertați-vă mama pentru nepriceperea ei. Noi toți am venit să învățăm cum să învățăm.

Neștiința nu este un păcat. Păcatul este incapacitatea de a ierta.

Copilul este oglinda familiei, vor sau nu vor părinții.

Și fiecare copil de astăzi ar trebui să ierte toate astea mamei lui. Și atunci nu va mai fi disperat că părinții nu-l iubesc. Nu este o simplă plângere de copil, este o durere sufletească adevărată. Atunci când părinții te iubesc pentru că ești al lor, asta te doare totdeauna. De aici vine ostilitatea automată a mamei, ostilitate împinsă până într-acolo încât se miră și copilul.

Multe mame îmi răspund foarte dur: *„Eu am așteptat copilul și l-am iubit. Să nu mă jigniți! Eu știu ce fac. Îmi cunosc mai bine decât dumneavoastră sentimentele! Am suferit atât de mult la nașterea lui!”* Unor astfel de mame, și mai rar taților, nu-mi rămâne decât să le răspund astfel: *„Scuzați, ați greșit adresa, se pare că vorbim fiecare pe limba lui”*. Asemenea părinți s-au obișnuit să primească tot ce doresc. Copilul lor nu poate fi ajutat înainte ca ei să se deștepte. Fiecare părinte trebuie să știe că i-a dat copilului viață și că bolile copilului provin din cauza greșelilor lui.

Pentru copilul contemporan este tipică următoarea frază: *„știu că părinții mă iubesc, dar nu simt acest lucru, simt exact pe dos, că nu mă iubesc. Mă bagă în seamă doar atunci când trebuie să dea vina pe cineva. Pentru mine există doar interdicții, ordine, pretenții și asta mă doare foarte tare”*.

Dacă el învață să fie deschis și sincer cu o mamă deschisă și sinceră, nu se va teme să rămână la fel în fața întregii lumi și este nevoie să fie învățat în mod special să se respecte pe sine însuși.

Chakra deschisă a comunicării este puntea de legătură între iubire și capacitatea de a raționa.

Nivelul rațiunii este nivelul fizic. Nimeni nu iubește la ordin. Toți părinții știu să ceară unii de la alții și de la copii să fie iubiți, dar nu înțeleg că propria lor iubire nu încălzește inima nimănui. Imaginați-vă o mamă căreia îi este teamă că *„nimeni nu mă iubește”*. Ea se găsește în spatele zidului propriei frici – iubește, se chinuie, deznădăjduiește, întrucât simte că totul se întâmplă altfel decât ar fi dorit, dar toate bunele ei intenții se lovesc de un zid. O astfel de iubire nu hrănește nici sufletul, nici corpul,

fiindcă ea nu e deloc iubire.

Când copilul vede că tot timpul mama se supără și se enervează, la cea mai mică neplăcere el își va lua jucăria și se va duce la o altă groapă de nisip fiindcă a fost jignit. El se învață să vadă jignirea în oameni și nu în ofensa însăși. Când pe copil îl necăjesc cei de vârsta lui, de fapt viața încearcă să-l învețe să se descurce. Dacă mama se amestecă într-o astfel de scenă, dorind cu înfocare să-i pedepsească pe cei care l-au jignit, atunci un astfel de copil devine o ființă plăpândă căruia viața îi va provoca multe neajunsuri.

Cel mai mare apărător al copilului este de obicei mama, care, prin modul ei necorespunzător de a-l educa, îi face mai mult rău. Niciunul din ei nu știe să înțeleagă corect viața, dar copilul este nevoit să sufere mai mult, întrucât viața continuă.

Învățătura mamei constituie cea mai importantă învățătură din viață. Mama formează caracterul copilului.

Despre izvorul secat

Sufletul femeii este izvorul iubirii, sufletul bărbatului nu are acest izvor. Bărbatul este izvorul forței.

Femeia este principiul care dăinuiește. Ea simte nevoia să poată dăru, măcar pe ea însăși, indiferent cum îi spunem, dăruire de sine, sacrificiu de sine, pierdere sterilă de forțe sau oricum altfel. În orice caz, dacă nu este capabilă să ofere, energia ei se va concentra într-un nor negru, amenințător, de furtună. Dacă ar ști să-și înțeleagă esența neliniștii ei interioare și să se elibereze de frica „*nimeni nu mă iubește*” (înverșunarea că nu este remarcată sau că, după părerea ei, nu este înțeleasă, protejată, iubită, respectată, prețuită pentru devotamentul și spiritul ei de sacrificiu, etc. – și toate din frica „*nimeni nu mă iubește*”), nu s-ar mai autoumili.

Femeia care, umilindu-se, speră că soțul va începe să o iubească, ar trebui să știe că autoumilirea atrage umilința și va fi umilită și în continuare, chiar dacă acest comportament nu este caracteristic pentru bărbați. Ea nu pune la socoteală umilința și acesta este stresul ei. Ea n-ar

trebui să facă din ea o prostuță smerită, chiar dacă este suficient de deșteaptă ca să știe că bărbaților le plac femeile slabe (ca temperament) Dacă face așa, să fie pregătită pentru urmările unei astfel de înșelăciuni.

Femeia care iubește cu curaj nu încearcă să se poarte cu o superioritate de bărbat față de problemele esențiale - 56

Să stagnezi sau să evoluezi

A în ea este doar o femeie. În fața feminității ei oamenii se vor înclina cu respect și îi vor ierta dezordinea din casă.

Dacă femeii nu i-ar fi frică, ea nu ar exagera cu grija ei, nu i-ar sâcâi pe soț și pe copii, nu s-ar irosi în van. Bărbatul nici nu observă casa strălucind de curățenie, dacă soția, istovită și plânsă, îl așteaptă în prag cu reproșuri. O casă sterilizată, de o curățenie exemplară, creează în casă, ca orice altă exagerare, doar tensiune.

Priviți reclamele în care apare o femeie frumoasă care, prin frumusețea ei, înfrumusețează dezordinea din jur. Chipul ei radios ar vrea parcă să spună: „*O să strâng totul imediat. Am vrut mai întâi să te văd și să-ți spun că te iubesc*”.

Dacă femeia nu s-ar teme că *nu este iubită*, atunci ea ar fi iubită și viața ar iubi-o și ea, deoarece o altă posibilitate pur și simplu nu ar exista! I-ar dispărea nevoia să-i fie teamă că *nu este iubită*, nu iar mai fi frică, nu i-ar mai trebui să învețe prin suferințe - căci ea și-a iertat frica și prin aceasta a devenit mai înțeleaptă.

Bărbatul, prin natura lui, este partea care primește. Dacă omenirea ar fi înțeles corect acest lucru, ar fi încetat să mai manifeste nevoi iraționale și zadarnice. Dacă pretindem sentimente de la un bărbat, asta înseamnă dominare, și orice manifestare a puterii își arată partea negativă, care provoacă cel puțin un refuz.

De unde nu este nimic, nici nu ai ce lua. În esența sa, iubirea bărbatului este forța care i se oferă iubitei. Bărbatul își oferă forța, dar se închide în el dacă femeia începe să aibă pretenții. Nu trebuie învinovățit pentru asta

- se petrece inconștient. De aceea este nevoie ca oamenii - atât femeia cât și bărbatul, pe cât posibil, să se cunoască profund atât pe sine cât și sexul opus.

Dacă bărbatul și-ar ierta teama că *nu este iubit*, atunci subconștientul lui sau capacitatea de a raționa s-ar deschide. El și-ar putea privi cu înțelegere soția atunci când ea ar pretinde ceva, după părerea lui lipsit de sens sau imposibil; el nu s-ar mai simți vinovat și nu s-ar mai înrăi. Atunci bărbatul ar înceta să se salveze fugind de propria soție și alegând calea autodistrugerii.

Claritatea minții de bărbat i-ar oferi chiar lui posibilitatea să meargă primul înainte, așa cum a fost predeterminat de către natură.

În felul acesta, bărbatul și-ar restabili partea lui de divinitate, forța lui primară, atotbiruitoare. Este acea forță la care visează atât bărbații cât și femeile. Omenirea se zbuciumă să caute această forță fără să înțeleagă că ea nu este o utopie, că nu este trecutul pe care l-a pierdut de mult - este pur și simplu forța pe care ea o ține captivă. Energia ținută în captivitate este totdeauna negativă pentru că ea nu circulă

Femeia este subiectul care dă. Bărbatul este subiectul care ia. În limba estoniană există expresia: bărbatul „ia de nevastă”, femeia „se duce după bărbat”.

Bărbatul ia atunci când femeia este pregătită să dea. Numai cu această condiție poate începe o viață în comun; acest adevăr de viață nu este însă înțeleș.

Izvorul prestabilește totul. Dacă cel care vine la izvor, nu știe să-i păstreze puritatea și intră fără jenă cu picioarele în apă, apa se va tulbura și nu va mai fi bună de băut. Când vine a doua oară, izvorul poate să-i ofere doar mîlul de pe fund și el trebuie să aleagă - fie să moară de sete, fie să caute un alt izvor. Dar prin simplul fapt că el există, izvorul a atras deja pe cel însetat, căci nu întâmplător omul și-a făcut potecă spre el.

Natura dăruiește iertare. Acest rege trufaș al naturii, care a intrat cu picioarele în izvor, moare acum de sete. El vede că și-a făcut rău lui însuși. Acum se înarmează cu

răbdare și așteaptă ca apa să se limpezească.

Când se apleacă să bea apă și își privește chipul reflectat pe oglinda apei, când aude murmurul care îi învigoarează sufletul, înțelege și nu va mai uita niciodată. Acest izvor i-a dat altceva, mai mult decât apă.

Femeia care nu știe sau nu vrea să-i dea celui însetat să bea până când își potolește setea, nu va deveni niciodată izvorul vieții veșnice. Bărbatul care vine în grabă, doar să bea, nu va primi niciodată apă curată.

Dacă din izvorul feminin și matern curge o iubire care nu duce nicăieri, izvorul se va înfunda și în spatele zidului de frică iubirea se va transforma cu timpul într-un vulcan furios care amenință să erupă în curând.

Ca orice negativitate, răutatea posedă o forță nimicitoare și străpunge orice zid.

Soțul și copiii, având nevoie de iubire, sunt nevoiți mereu să treacă prin zid, provocându-și durere lor și nu numai lor, și totuși nu obțin iubirea care i-ar hrăni neconținut. Senzația de iubire apare atunci când oamenii se îmbrățișează, adică se află unul în biocâmpul celuilalt. Dar întrucât acest lucru nu se întâmplă mereu, dezamăgirea se amplifică.

Bărbații (și fiii) intră în stare de criză și caută o ieșire.

Ei:

— Se dau la o parte dezamăgiți și deja nu mai vin cu o privire strălucitoare să mângâie și să fie mângâiați.

— Se închid în ei și sunt acuzați că nu iubesc, că nu sunt grijulii, că sunt nepricepuți etc.

— Pleacă să-și înece amarul în alcool, dar de fiecare dată criza sufletească doar se adâncește;

— Încearcă să schimbe situația prin fapte bune după părerea lor dar nu primesc răspuns;

— Devin narcomani ca să-și distrugă în totalitate capacitățile mentale;

— Se adresează psihiatrilor și își înăbușă chinurile sufletești cu medicamente;

— Cedează, își pierde orice curaj și receptivitatea față

de mediul înconjurător;

— Se afundă în activități infracționale întrucât frica - *nimeni nu mă iubește* - s-a transformat în răutate înversunată;

— Vin să-și ia ce este al lor prin brutalitate;

— Se duc să caute un nou izvor de iubire, dar nu îl găsesc, întrucât cauza iubirii neîmpărtășite rezidă în ei înșiși și nimeni altcineva nu poate să o îndepărteze. Cu timpul, acest sentiment se accentuează, apoi se atenuează, devenind tristețe neputincioasă, amărăciune, răutate.

Pentru a ieși din această criză fiecare bărbat are propria sa cale, dar fără eliberarea stresului nu va obține liniștea sufletească. Ar putea să se prefacă, să afișeze o stare bună, deși jocul nu este bun, dar corpul lui nu va suporta mult timp acest lucru. Bărbaților nu le plac spectacolele proaste.

Despre cel care dă și cel care ia

Fără iubirea femeii bărbatul nu poate trăi. Fără iubire nu există viață. Aceasta este o lege a naturii, și aici restricțiile feminine sunt neputincioase.

O femeie dezamăgită caută vinovatul în primul rând în altcineva.

Un bărbat dezamăgit caută vinovatul în primul rând în el însuși.

Cu cât se adună mai multe stresuri, cu atât situația se schimbă în direcție opusă. Un bărbat rezervat în emoții devine emoțional ca o femeie, iar femeia copleșită de emoții devine lipsită de pasiune, ca bărbatul. Exagerarea a transformat normalul în anormal. Aceasta duce la pierdere.

La nivel fizic, bărbatul dorește să se folosească un timp de femeie, iar femeia - să domine veșnic bărbatul. Instinctul de proprietate este un indicator al esenței feminine.

În plan spiritual, bărbatul dorește să iubească veșnic femeia, iar femeia să folosească bărbatul pentru o vreme, întrucât ea are nevoie de emoții. Și în afară de aceasta, în concepția omului modern acest lucru este moral.

În principiu, diferențele dintre sexe au fost aceleași

întotdeauna, dar în etapa actuală ele au fost duse la extrem. Orice extremă înseamnă pieire. Pieirea înseamnă nașterea noului.

Morala este un băț cu două capete. Dacă nu umblu alături cu drumul, nimeni nu are dreptul să mă acuze de imoralitate. Și totuși viața arată că și o femeie foarte morală poate avea un copil foarte imoral. De ce? Oare nu și-a învățat ea copilul să-i calce pe urme și, oare, măcar o dată în viață n-a dat pe de lături? Problema constă în faptul că o astfel de mamă greșește mereu în sufletul ei și se chinuie să caute soluții. Neștiind să-și iubească soțul și tânjind după un sentiment mare, s-a culcat, în închipuirea ei, cu mulți bărbați, și adevărul a ieșit la lumină prin copil. Nu învinuiți copilul, ci cereți-i iertare.

Fără să ne dăm seama, prin durerea provocată de suferințe, căutăm calea pe care să mergem înainte. Viitorul este nivelul sentimentelor, adică al liniștii sufletești. Cine va învăța să meargă corect pe această cale, se va elibera de stresuri. Și atunci nu se va transforma în cel care ia, ci va rămâne cel care dă.

Când omul se va elibera de setea de a domina, atunci nu va mai percepe dureros libertatea celuilalt. Omul materialist nu este capabil să înțeleagă că odată cu eliberarea de stres vine și dezrobirea sufletească. Pe cel care este liber sufletește, nu-l mai deranjează legătura socială realizată prin relații conjugale. El nu vrea să rupă aceste relații și să o ia la goană pentru că nu-l domină nimeni. Nu este proprietatea nimănui și nu îi este frică de căsătorie. Pentru el căsătoria este o lecție, pe care i-o predă epoca modernă, lecție care, dacă este însușită cu succes, poate înălța spiritul.

Gelozia este un stres, caracteristic atât femeilor cât și bărbaților. Mai simplu, el reprezintă o dușmănie acuzatoare care provine din frica - *nimeni nu mă iubește*. Mai devreme sau mai târziu, soțul celui gelos începe să pună în practică acuzațiile ce i-au fost aduse, fiecare pe măsura motivațiilor și convingerilor sale. Și chiar dacă trădarea a avut loc doar în gând, partenerul va afla

întotdeauna.

Aici nu ajută nici autojustificarea - *eu aproape că nu ți-am reproșat nimic, uite la alții cum se ceartă*. Paharul răbdării partenerului dumneavoastră era plin încă dinainte, din copilărie, de la certurile părinților și de aceea a ales să conviețuiască cu un om care se ceartă mai puțin. S-a înșelat, însă.

Orice femeie ar trebui să știe că ea poate să obțină de la soț tot ce dorește, chiar dacă e doar în gând și de aceea ea trebuie să-și formuleze clar și înțelept gândurile ei corecte. Din păcate, nechibzuința este astăzi la modă, atât în rândul femeilor cât și al bărbaților.

În mod ideal femeia care dă, este de fapt cea care ia, iar bărbatul care ia, de fapt dă.

Și totuși, în gândirea lor, fiecare parte vrea să se vadă doar pe sine în rolul celui care dă.

Dacă femeia, în momentul în care dă, se gândește să primească, atunci ea devine cea care ia. Dar de la cel care ia, se ia, și femeia care își dă corpul pentru a primi ceva, se privează de comoara cea mai de preț.

Dacă bărbatul, în momentul în care ia, crede că dă, el nu va primi iubirea femeii și nu va mai avea nimic ce să dea pe urmă. Dacă drept răspuns la o asemenea „dare” bărbatul pretinde să i se mulțumească, în cel înai bun caz va primi de la soție corpul ei, o mâncare sățioasă și lenjerie curată, dar ceea ce îi este cel mai necesar - iubirea ei - nu va primi.

Femeia dă forța iubirii și ia forța fizică a bărbatului. Bărbatul dă forța fizică și ia forța iubirii.

Acesta este echilibrul creat de natură, așa a fost, este și va fi, cel puțin până la sfârșitul acestei civilizații.

<Ejtemp fu cein viață

O femeie de 50 de ani, care se trata la mine de glandă tiroidă, a venit să-mi împărtășească o bucurie neașteptată, care, în comparație cu însănătoșirea ei, i se părea că nu merită prea multă atenție.

De douăzeci de ani soțul ei pleca o dată pe lună în delegație, în interes de serviciu, și stătea o săptămână. De

fiecare dată când el pleca, ea se apuca să facă curățenie în apartament. Curăța și ștergea, fierbea și cocea și tot visa la clipa în care soțul se va întoarce și îi va spune în sfârșit: „*Te iubesc. Ești așa de bună. Ești frumoasă și deșteaptă*”

Dorul după aceste cuvinte a devenit atât de insuportabil încât femeia a început să se roage la Dumnezeu. Dar bărbatul tot tăcea. Estonianul nu aruncă cu vorbele în vânt. Viața familială, aparent exemplară, a început să se fisureze. Femeia nu a înțeles că așteptările ei erau pentru soț o constrângere și din cauza asta el continua să se comporte ca și până atunci. De aceea, simțindu-se constrâns, nu putea să stoarcă din el niciun cuvânt amabil. Femeia considera că este normal ca bărbatul să-și iubească harnica soție și el să fie primul care să-și exprime primul iubirea. Dar acest lucru nu s-a întâmplat.

A sosit vremea când femeia a fost nevoită să se ocupe de propria desăvârșire lăuntrică pentru a-și îndrepta sănătatea. S-a ocupat de iertare o zi, două, apoi a simțit dorința să meargă la coafor. S-a dus cu mare plăcere. Venind acasă, a găsit în fața ușii un coș cu mere, adus de un om bun. Trebuia să facă gem din ele, ceea ce a și făcut cu bucurie. Orice gospodină știe ce se întâmplă în bucătărie când gemul e pe foc. Stând lângă aragaz, femeia se gândea, ierta și cerea și ea iertare de la gândurile ei, de la oameni, de la situații, de la tatăl și mama ei, de la soț și de la copii. Timpul a trecut pe neobservate; când omul este ocupat cu curățirea gândurilor, în suflet se așterne liniștea și timpul zboară repede. Deodată în bucătărie a apărut soțul ei, a strâns-o în brațe, așa mângjită cu gem cum era, și a spus cu patos: „*Ce bine e să vii acasă!*” În cuvintele lui a răzbătut ceva mai mult decât ar fi sperat ea vreodată. Tonul cu care au fost pronunțate aceste cuvinte destăinuia totul. Femeia a înțeles că dintr-o persoană dominatoare, care ia, el a devenit pe neobservate o ființă care iubește și care dă. Și pentru asta i-au trebuit doar vreo douăzeci de ani!

Bucuria și durerea celui care dă

Iubirea nu este doar un sentiment ce există între bărbați și femei. Iubirea ne unește pe toți.

Mama și fiica sunt amândouă femei. Ele simt nevoia să dea. Dacă iubirea lor nu este acceptată, simt în suflet o mare durere. În sufletul unei mame înăsprită de viață zace prea multă iubire ce nu și-a găsit rostul. Iubirea fiicei ei i se pare adesea o povară mult prea mare, fiindcă femeia simte în primul rând nevoia să fie iubită de bărbat. Și cum surplusul de bine și surplusul de rău sunt percepute întotdeauna ca rău, manifestarea furtunoasă a iubirii fiicei ei se sparge în bucăți, lovindu-se de zidul de apărare ridicat de mamă. Amândouă sunt crunt dezamăgite.

Și nu este nevoie decât ca amândouă să-și ierte frica *nimeni nu mă iubește* și presupunerea că *toți vor să-mi facă rău*. Să ceară iertare fricii lor că au lăsat-o să crească până la asemenea dimensiuni încât, privind din spatele zidului de frică, ele văd în toți niște criminali. Să ceară iertare copilului și mamei sale că nu au știut să le înțeleagă și să le accepte iubirea. Și atunci ficele nu se vor mai îndepărta de mama lor și iubirea lor nu va mai fi pângărită de alții.

Nevoia ficelor de a merita iubirea mamei poate fi atât de puternică, încât ele ascultă întru totul de mamele lor. Nu degeaba unii bărbați se plâng că s-au căsătorit cu soțiile lor, dar au din ce în ce mai mult impresia că se culcă cu soacra, nu cu soția.

O astfel de femeie se poate simți mama propriului soț. Ea singură s-a apucat să cotcodăcească și să cloncăne în jurul lui și tot ea este tristă că soțul este indiferent și insensibil. Dragi femei, puneți-vă acum în locul soțului și imaginați-vă emoțiile lui confuze despre care ați aflat abia acum.

Femeia trebuie să fie totuși o soție pentru bărbat. O flică supusă, care are un sentiment de vinovăție față de mama sa, va refuza chiar să facă copii, dacă așa vrea mama ei. Există și astfel de oameni care, în numele unei griji prea mari față de soarta viitoare a părinților, nu își întemeiază o familie și atunci când părinții împovărați de

ani părăsesc această lume, fiicei lor nu-i mai rămân decât lacrimile și pustietatea. Supunerea și devotamentul ei – calități valoroase în sine – s-au dovedit a fi folosite în zadar.

Și toată această cumplită tragedie se trage de la faptul că omul nu poate trăi fără iubire și nu știe să se elibereze de frica ce îl blochează. Nu știe ce este mai important și ce este mai puțin important în viață.

Izvorul iubirii se află în sufletul mamei, al femeii. La formele inferioare de viață – animale și plante – iubirea se revarsă fără să cunoască limite, ele oferă fără să ceară nimic în schimb. Ele nu se tem și nu îl pedepsesc pe vinovat, privându-l de iubire. Trebuie doar să știți să primiți.

Atunci când omul își iartă frica *nimeni nu mă iubește*, el se deschide și pentru a iubi natura și atunci iubirea Divină se revarsă neîngrădită în ființa lui binecuvântată. Și există destulă iubire pentru ca el să poată să trăiască, să se liniștească și să înceapă să gândească. Și atunci va putea trăi mai departe printre oameni.

Cine dorește ca *toată* lumea să îl iubească – și sunt îngrozitor de mulți cei care nu se mulțumesc cu mai puțin – trebuie ca mai întâi el însuși să-i iubească pe toți. Trebuie însă să-i fie clar că nu va avea destulă forță fizică. Numai iubirea sufletească este capabilă să îi cuprindă pe toți și pe toate, fără nicio limită.

Dacă omul vrea să fie iubit, atunci el trebuie să știe că numai iubirea adevărată atrage iubirea altei persoane. Similarul atrage doar similarul.

Eliberați-vă iubirea din cătușele fricii și atunci veți putea fi iubit.

ASTĂZI NU EXISTĂ PE LUME OM CARE SĂ NU SIMTĂ SPAIMA CĂ *NU ESTE IUBIT*. CU CÂT NEAGĂ MAI MULT PREZENȚA ACESTUI STRES, CU ATÂT STRESUL DEVINE MAI PUTERNIC. DAR, FIECARE ARE DREPTUL SĂ-ȘI NEGE PROPRIILE PROBLEME ȘI SĂ ÎNVEȚE PRIN SUFERINȚE AMARE.

La cei tineri, comunicarea se face greu, dacă ei au

idei preconcepute. Frica - *nimeni nu mă iubește* - blochează comunicarea și imediat tânărul este catalogat drept neisprăvit, plicticos, prost, necioplit etc. Ca rezultat dezamăgirile se acumulează și el se îndârjește și mai tare. Încearcă să-și corecteze defectele și totuși din gura lui ies niște vorbe de care se va rușina ulterior. Apare înstrăinarea de prieteni, izolarea.

Cu cât copilul se jenează mai mult de alții, adică îi este frică, cu atât mai mult aceștia îl vor speria. Apare un cerc vicios. Copilul poate fi mutat într-o altă școală, dar curând totul se va repeta, întrucât frica lui este aceea care atrage agresivitatea celorlalți.

< *Citește cu din viață*

Un băiat de 10 ani era bătut în fiecare zi în drum spre școală. Îi era frică de bătaie fiindcă odată, sub ochii lui, un alt băiat fusese bătut. Așa numita lui nevroză era atât de gravă, încât atunci când am încercat să-i aranjez bretonul, a izbucnit în hohote de plâns. Mișcarea mâinii mele i-a adus aminte de gestul cu care începe bătaia.

A fost foarte simplu să-i explic acestui băiat foarte deștept următoarele: *„Dragul meu, frica ta atrage ca un magnet pe cei care te jignesc. La dorința ta, neexprimată prin cuvinte, ei te învață să devii mai curajos. Iartă-ți frica ce a pătruns în tine și spune-i că acum tu ai devenit mai deștept și mai curajos. Cere-i iertare corpului tău că l-ai făcut atâta timp să sufere. Iartă-i pe cei care te-au jignit pentru că n-au știut să te învețe altfel să fii curajos”*.

Peste o lună, când a venit din nou la mine, am constatat că uitase de bătaie și nu mai rămăsese nici urmă de nevroză; acum băiatul mi-a arătat cu mândrie câteva mișcări de karate spunându-mi: *„l-am mai întâlnit o dată pe huliganii ăia. Le-am spus imediat: „Vă iert dinainte dacă v-ați adunat iarăși să mă bateți. Și nu m-au mai bătut”*. Acest copil a simțit puterea gândului.

Frica *nimeni nu mă iubește* blochează capul, ceafa, umerii, omoplații, mâinile și spatele până la a treia vertebră dorsală și provoacă:

1. Toate bolile fizice din această zonă;

2. Toate bolile psihice;
3. Toate devierile psihice:
 - Dezechilibru (psihic și sufletesc);
 - Comportament necontrolat, negarea oricăror norme de morală și de comportament;
 - Dereglarea memoriei (atât la tineri cât și la bătrâni);
 - Capacitate de asimilare scăzută la copiii cu o dezvoltare mentală întârziată sau scleroză la oamenii în vârstă;
 - Indiferență și neglijență față de sine și față de alții;
 - Senzație de impas, de inutilitate, apatie;
 - Încăpățănare;
 - Neîncredere;
 - Exigență excesivă, severitate excesivă;
 - Negarea totală a greșelilor proprii etc. - o infinitate de devieri psihice care se acumulează și se transformă în boală.

Un asemenea om nu înțelege ce este în realitate bine și ce este rău. Dialogul cu el se transformă într-o discuție unilaterală, despicarea firului în patru, argumentare, justificare etc. Nu are însă sens - nu te însănătoșești cu așa ceva.

Există și oameni la care, cu cât sunt mai cunoscuți, cu atât mai acut apare frica *nimeni nu mă iubeste*. Frica de a pierde gloria îi face să se grăbească, să se agite, să ceară să li se ofere totul dintr-odată, s-o țină pe-a lor. Cu cât primesc mai mult, cu atât egoul lor crește mai mult. Singurul care nu permite să se abuzeze de ei este corpul lor. Corpul îl învață pe om, îi consolidează cunoștințele spirituale. Corpul pune capăt agitației omului prin boală, care va dura până când omul se va schimba.

Același lucru se întâmplă cu cel care își dorește gloria cu orice preț. La copiii celebriților sau la cei ai căror părinți visează la glorie, această trăsătură de caracter este, de obicei, amplificată. Copiii care au fost nevoiți să sufere din cauza celebrității părinților încearcă să se ferească de glorie. Oamenii de genul acesta sunt

neliniștiți, nerăbdători, exigenți, au o părere excelentă despre ei înșiși și sunt convinși că totul li se cuvine.

Graba, caracteristică pentru omul nerăbdător și care neagă logica evoluției vieții, îl face să fie decepționat de tot ce nu obține imediat, fie ea și sănătatea, pe care eu vă învăț să v-o redobândiți prin iertare. O decepție atrage după sine o altă decepție și boala se amplifică. La un astfel de om boala ar trebui să ajungă la un stadiu atât de grav, încât medicina să nu-l mai poată ajuta și abia atunci atitudinea lui de consumator de viață s-ar putea, probabil, schimba. Din păcate, majoritatea zdrobitoare a oamenilor cu un ego supradimensionat amână pentru următoarea viață lucrul cu sine însuși.

A căpăta înțelepciunea vieții este un lucru extrem de greu. La înțelepciunea dobândită în viața anterioară trebuie adăugată altă înțelepciune, nouă. Cea din viața anterioară este înțelepciunea din subconștient sau înțelepciune intuitivă, la care se adaugă înțelepciunea extrasă din experiența vieții actuale. La sfârșitul vieții suntem totdeauna mai deștepți decât la începutul ei, chiar și atunci când nu bubuim de deșteptăciune. Viitoarea viață începe de la un nivel mai ridicat și toate celelalte vieți anterioare devin din nou înțelepciune subconștientă la care începe să se adauge o alta, nouă.

Ce este aceea înțelepciune, să decidă fiecare în parte. Corpul omului urmează înțelepciunea vieților anterioare și semnalizează dur când e vorba de greșeli chiar dacă proprietarul lui este o somitate.

Despre peripețiile vieții sufletești

Vine la mine câte unul și mi se plânge: „*Fac tot ce mați învățat, dar de ce nu mă vindec?*” După muncă și răsplată. Ia uitați-vă la cel care a ieșit mai înainte de la mine, era mult mai bolnav ca dumneavoastră și acum este sănătos, deși acum două luni nu se mai putea ține pe picioare. S-a ocupat din tot sufletul de iertare, fără să se oblige, cum faceți dumneavoastră: „*Bine-bine, te iert pentru că vreau să mă fac sănătos, dar, să știi că tot tu ești vinovat de boala mea!*” Aici e diferența. Dumneavoastră

pur și simplu nu v-ați înțeles greșelile și continuați să căutați vinovații.

Mă uit uneori și mă minunez cât de greu este pentru unii să ierte și cum nu înțeleg ei ce înseamnă iertarea. Se sucesc, se învârtesc, doar – doar mi-or demonstra că altcineva este vinovat. Mulți vin la mine și încă din prag îmi declară că știu despre ce este vorba și că întotdeauna au trăit după aceste principii. Ah, cât îmi este de greu să le explic – dragii mei, nici măcar nu știți ce este iertarea. Nu știți să vă împăcați cu cineva și îl urâți, cum puteți spune că vă cunoașteți!? Nu-i nevoie să-mi demonstrați nimic, eu văd *prin* voi. Nu vă puteți păcăli corpul. Cine nu-și poate închipui ce înseamnă *a vedea prin*, se simte jignit până în adâncul sufletului. Este convins că a făcut totdeauna numai bine și că a iertat cu mărinimie pe cei care l-au supărat.

Oameni care mă uimesc, dar în sensul bun de această dată, sunt și ei destui. Căldura lor sufletească este atât de mare, încât eu trebuie doar să le sugerez pe cine să ierte și cui să ceară iertare, că ei se și apucă de treabă și o fac din tot sufletul, și efectul iertării apare imediat. Acești oameni nu-și neagă greșelile, ci le este rușine de ele și prind curaj când le spun că asta este lecția lor de viață și că deja au început să-și îndrepte greșeala, și încă cum! – vizibil și palpabil. Acest lucru nu dispăre. Vă vor ierta și pe dumneavoastră, cu siguranță.

Am ocazia să aud și așa ceva: „*Acest om nu iartă nimănui nimic, indiferent cât de mare sau de mică este vina*”. Unor astfel de oameni le explic de fiecare dată: „*Stați liniștit. E problema lui. Dacă o să vă cereți din toată inima iertare, o să vă simțiți liniștit sufletește și n-o să vă mai intereseze. Nici n-o să-l mai băgați în seamă pe cel care vă supără. N-o să-l mai atrageți spre dumneavoastră*”.

Fiecare trebuie să știe că unicul păcat pe lume este acela când omul nu iartă și că păcătosului i se va da' ce merită.

Oamenii înrăiți care afirmă că nu-i iartă pe cei care l-au supărat, se îmbolnăvesc. Cu cât răutatea este mai mare,

cu atât boala ce li se pregătește este mai rea. Boala sau nefericirea nu se lasă așteptate. Dacă v-ați bucurat imediat de faptul că omul rău va fi în orice caz pedepsit, înseamnă că în dumneavoastră există setea de răzbunare și nu sunteți cu nimic mai bun decât el.

Cine dorește binele dușmanului său va fi răsplătit cu bine. Cine își urăște dușmanul, va fi nevoit să guste el însuși din această ură.

Empă fu din viață

O doamnă diagnosticată cu cancer la sânul stâng avea dureri extrem de mari și niciun fel de medicamente nu mai aveau efect. Când am sfătuit-o să-i ceară iertare soțului pentru ura cumplită pe care o nutrea față de el, a răcnit: „*Mai bine mor!*”

Peste câteva zile cancerul s-a răspândit în cutia toracică. O durere groaznică i-a înfrânt încăpățânarea și m-a rugat să o învăț să-și ceară iertare. Durerile s-au diminuat.

Cine își neagă principalele sale stresuri, acela se exclude singur din rasa umană.

Cine nu se teme că *nu este iubit*, acela este iubit. Este înțeles și îi înțelege și el pe ceilalți. Are sentimentul propriei demnități și îi respectă pe ceilalți. Ajută cu bucurie și oamenii vin la el după ajutor.

Deseori, cei care au trecut în lumea de dincolo cer ajutor prin cei aflați în viață; ceva foarte important le-a rămas neterminat și nu-și vor găsi liniștea sufletească până când răul nu va fi îndreptat.

Omul care are demnitate, se respectă pe sine și îi respectă și pe alții. Se ține de cuvânt și nu se teme să spună DA sau NU. De exemplu, dacă s-a programat la doctor, vine la timp; dacă nu se prezintă, greșește – medicul este nevoit să piardă timpul în zadar, iar un alt pacient care are nevoie de consultație nu poate ajunge la el. Nu este exclus ca, din cauza lui, cineva să-și piardă viața. Este posibil ca acesta să fie un bolnav de cancer care nu mai are timp să aștepte ca să ajungă la medic. Cel care a greșit atrage asupra sa un efect negativ – pedeapsa.

Doar viața va hotărî când se va întâmpla. La fel stau lucrurile în toate cazurile când omul nu se ține de cuvânt.

Să nu se mire un astfel de om dacă altcineva se va purta la fel ca el și va rămâne surd la rugămințile lui și nu-l va ajuta. Tot ce face omul, i se întoarce îndoit. Dacă nu vom înțelege acest lucru și nu vom ști să facem imediat conexiuni, cum se face pentru prinderea unui criminal de drept penal, corpului nostru nu-i va păsa. Greșelile pentru asta sunt date, să se învețe din ele. Și dacă lecția se transformă într-o pedeapsă cruntă, înseamnă că noi singuri ne-am atras-o.

Nu trăim singuri pe lume. Dacă ajutăm dezinteresat pe ceilalți, atunci și alții ne vor sări în ajutor la necaz. Trebuie să știm cum să acordăm ajutorul.

Dacă cineva cade într-o groapă, îl scoatem fără să stăm la discuții, dar pentru viitor trebuie întotdeauna să ne gândim dacă acesta este sau nu un ajutor, sau în felul acesta îl împingem din nou în groapă. Ajutorul adevărat este să-l înveți, dar să-l înveți înainte de a cădea în groapă sau după ce a ieșit din prima groapă și să-l înveți numai pe cel care vrea acest lucru. Învățătura cu de-a sila este tot o constrângere.

I se dă numai celui care dă.

Celui care ia, i se va lua.

Celui care se eliberează de frica *nimeni nu mă iubește* i se deschide spiritul. Odată cu iertarea, omul parcă și-ar scoate căciula de pe cap și este pregătit să primească înțelepciunea divină.

Omul care nu este blocat de frica *nu mă iubește nimeni*, începe să vadă viața reală. Începe să vadă binele și răul în adevărata lor interacțiune. Viața devine inteligibilă și îi dăruiește liniștea sufletească. În viața unui astfel de om se va concentra IUBIREA.

Frica este prizonierul omului Răutatea este cea care dărmă temnița

Să sistematizăm discuția despre stresuri.

Frica acționează asupra suprarenalelor și rinichilor. Ea blochează canalele energetice, ceea ce la nivelul fizic se

exprimă prin spasme, convulsii, stare de tensiune.

Frica atrage răul. Frica paralizează voința.

Spatele simbolizează voința. Natura fricii determină zona spatelui și a coloanei vertebrale afectată de boală. Întrucât în coloana vertebrală se află canalul energetic principal din care pleacă canale mai mici, frica are o influență negativă asupra organelor din zona respectivă. În funcție de felul fricii, canalul se închide mai sus sau mai jos și se îmbolnăvesc organele respective. Cu cât sunt mai multe stresuri, cu atât mai mult se închid canalele energetice.

Spaimele și amplasarea lor în corpul uman

1. Frica *nimeni nu mă iubește* afectează capul, ceafa, umerii, mâinile și spatele până la a treia vertebră dorsală, în plus, la copii, această spaimă provoacă insuficiență cardiacă congenitală - orificiul oval rămâne deschis. S-a constatat la 25% dintre nou născuți (conform statisticii oficiale). În realitate acest procent este cu mult mai mare. În spatele acestei boli se află îmbolnăvirile frecvente ale căilor respiratorii, astmul, reumatismul, bolile de piele, inclusiv alergii. În partea superioară dreaptă a inimii se află regulatorul de ritm cardiac - nodul sinuso-auricular. Dacă energia acestuia este blocată, se produc aritmii.

2. Frica + sentimentul de iubire + sentimentul de vinovăție - acționează asupra spatelui la nivelul vertebrelor dorsale IV-V, iar pe partea anterioară - asupra părții centrale a inimii, asupra plămânilor și sânilor.

Frica *sunt învinuit că nu iubesc* provoacă bolile de inimă: afectarea valvelor, infarctul, ischemia.

În prezent, suferă de aceste boli mai ales bărbații tineri (mai rar femeile) care au fost învinuiți în copilărie de către părinții lor și le este frică, iar acum sunt nevoiți să audă același lucru din gura soției. Nu este obligatoriu ca învinuirea să se facă prin cuvinte, același efect poate să-l aibă și fața tristă a soției, lacrimile, oftaturile, încruntarea sprâncenelor, mai ales dacă nu există niciun motiv. Cel care are sentimentul de vinovăție, este foarte sensibil, vede o acuzație chiar acolo unde nu e.

Aceeași boală 11 va distruge și pe soțul gelos. Din același motiv, o acțiune similară o are autoînvinovățirea – după divorț sau după moartea soțului (soției), foarte mulți încep să se căiască și să se învinovățească și apare ischemia cardiacă ce duce la infarct.

Ce se întâmplă când cineva acuză pe altul că *acela nul iubește*? Dacă femeia se înconjoară cu un zid de spaimă și nu este conștientă că ea însăși nu transmite către soț iubirea ei și nu-i primește iubirea acestuia, ci doar bâzâie, se preface și devine rea din cauza geloziei, îi va apărea o boală la sâni. O tumoare benignă se poate transforma în cancer de sân. Cancerul este provocat de răutatea dușmănoasă. Răutatea este provocată de acumularea de stresuri.

Frica „*cineva învinuiește pe altcineva că nu-l iubește*”. De obicei, aceasta e o problemă pentru copii, deoarece copilul este nevoit să observe viața părinților privind dinafară. O ceartă cumplită în casă – și copilul face pneumonie. Frecușuri permanente între părinți, indiferent din ce motiv, și copilul face tuberculoză. De la acest stres se îmbolnăvesc și adulții și tot de aceleași boli, numai că la ei începutul bolii este mai ascuns, așa cum este și maturul. Tuberculoza este boala cicălelilor. Ne-am obișnuit să considerăm tuberculoza o boală de plămâni, dar ea se poate așeza în orice alt organ. Lăsați cicălelile și tuberculoza va dispărea.

3. Frica + sentimentul de vinovăție influențează vertebrele dorsale VI-XII, în față – vârful inimii, partea inferioară a cutiei toracice și partea superioară a abdomenului.

Frica *de a fi vinovat* sau spaima când *învinovățesc eu însumi* îmbolnăvește miocardul, pleura pulmonară, diafragmele, ficatul, stomacul și splina. Întrucât în această zonă se află plexul solar cu rezerva lui de energie a puterii și dominației, (și puterea este totdeauna negativă), aici apare cel mai rapid răutatea și terenul propice pentru dezvoltarea cancerului. Orice om știe din instinct că dominarea cu răutate este condamnată chiar de societate

și de aceea scopurile cu bătaie lungă sunt ascunse și mascate până la ultima posibilitate și cancerul se va dezvolta conform lucrului dorit – insidios și profund.

4. Frica + sentimentul de vinovăție + problemele economice influențează vertebrele lombare. Vertebrele lombare III și IV controlează organele genitale. Vertebra lombară V controlează vezica urinară. Natura a stabilit că partea economică este fieful bărbatului. Femeia este purtătoarea căldurii și iubirii în cămin. Cine încalcă legile naturii va trebui să plătească.

Frica „*sunt învinuit de faptul că nu pot să-mi hrănesc familia, nu mă descurc la serviciu, nu sunt în stare să mă gospodăresc, nu sunt bun ca bărbat*”, etc. Atrage după sine impotența și alte îmbolnăviri ale organelor sexuale. Același efect se obține și dacă persoana se autoînvinuiește.

Dacă femeia nu știe să conducă la modul feminin treburile economice, atunci îi vor apărea așa-numitele boli femeiești. Când femeia se amestecă autoritar, înjositor, alarmant, în bătaie de joc, etc. În treburile bărbatului, aceasta înseamnă neîncredere în soț, înjosirea lui. Dacă, în virtutea împrejurărilor, (cum se spune, *așa e viața*) femeia se consideră în familie puternică = jumătatea economică, în acea familie totul merge anapoda. Femeia feminină nu suferă de boli femeiești.

Femeile care se ocupă de partea economică adesea nu au copii. Atunci când femeia ia asupra ei îndatoriri de serviciu prea mari, acest lucru va fi periculos pentru bazinul ei și pentru partea inferioară a corpului. Copilul înseamnă iubire și el atrage numai iubire, iar gândurile, materiale ale mamei îl sperie.

5. Frica + problemele economice acționează asupra părții inferioare a corpului, de la coccis până în vârful degetelor de la picioare: Coccisul este energia sexuală = pasiune.

Omul a cărui pasiune este blocată de frică față de problemele economice sau, altfel spus, cel care este tot timpul îngrijorat de portofel, se culcă în pat pentru a trage un somn bun și nu pentru a face sex. Și dacă totuși face, și

dacă își stimulează pasiunea în mod artificial, nu va fi potent pentru mult timp. Statistica arată că în rândul oamenilor de afaceri tineri suferința cea mai grea este impotența. Cu câțiva ani în urmă această problemă era specifică țărilor dezvoltate din Occident, acum ea a ajuns și la noi.

Cui îi este frică de problemele financiare, nu va putea să le rezolve și își va mai adăuga și impotența. Toate bolile părții inferioare a corpului, fie că este vorba de deformarea articulațiilor coxofemorale, fracturi ale oaselor, îmbolnăvirile venelor, cangrenă, sau de papucii de casă scâlțiați - ele provin de la grijile economice. Cu cât boala se situează mai jos, mai aproape de degetele de la picioare - cu atât problema este mai veche.

Este deosebit de greu de înțeles cum trebuie reglementate problemele cu caracter economic. Problemele economice și iubirea nu încap în aceeași teacă. Subliniez încă o dată - pe lume există doar o singură energie și aceasta este iubirea. Toate formele de manifestare a vieții provin din energia iubirii, inclusiv problemele economice. Lucrurile materiale au doar o structură mai densă a energiei.

Dacă omul nu se eliberează de frică față de problemele economice, va trebui să apară dezordinea economică. Întrucât majoritatea contemporanilor încă nu și-a însușit înțelepciunea iertării, este logic că problemele economice trebuie să se afle într-o stare de criză. Se pare că vreți să vă fie frică.

Dacă așteaptă ca problemele economice să se rezolve de la sine sau doriți să vi le rezolve alții ca să puteți respira ușurați după ce totul va fi în regulă, vă înșelați. Perioada aparentei bunăstări va trece repede și vor apărea din nou probleme și mai serioase. Și toate acestea pentru că încă nu v-ați însușit înțelepciunea vieții. Efectul nu dispare atâta timp cât există cauza.

Stăpânul omenirii - FRICA

Frica 'nimeni în mă iubește

Spaima că cei dragi wfe lui sunt iubiți.

Sentimentul că nu există iubire

Frica voi fi învinuit că nu iubesc* Streser pe altcineva învfuânduH că nu iubește.

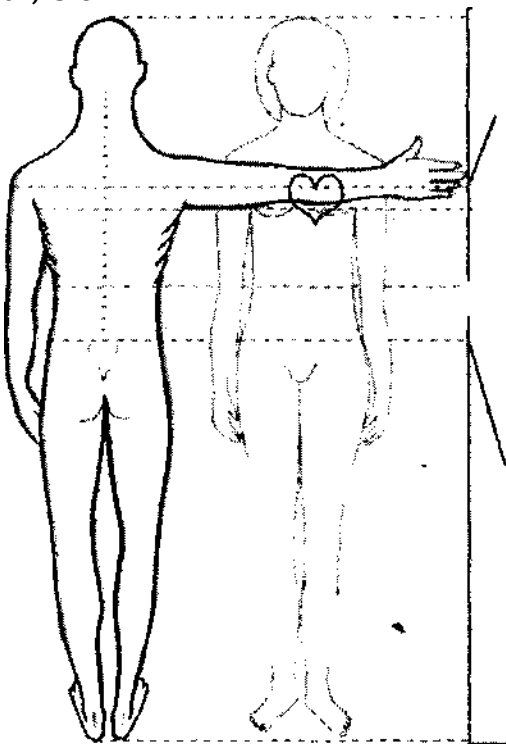
frica de a fi vinovat, sau eu speră pe altcinevae sunt eu tosumi speriat ci voi fi învinuit

Spaima că volfi învinuitei știu să mă gospodăresc»
că în U & tfați ia serviciu.

șa «învinuiesc eu.

Frica în fața problemelor economice. I intimidez pe atț» cu problemele economice. Atitudine greșită față de problemele economice *feempeu din viață*

Nu demult, s-a prezentat la cabinet un materialist principal. Când i-am spus că mai întâi trebuie să-și corecteze gândurile ca să-l pot ajuta să-și descătușeze spiritul, s-a în



roșit de răutate și m-a mitraliat cu următoarele cuvinte: *Demonstrați-mi că spiritul meu este încătușat!"*

A venit la cabinet și a doua oară!!! De ce? Deoarece a

considerat că eu i-am adus cea mai mare ofensă posibilă, spunându-i că nu are spiritualitate. Nu m-am așteptat ca el să dorească cu atâta tărie să fie considerat un om spiritualizat, deși avea un blocaj total la acest nivel. Venise să mă convingă, să-mi explice, să facă demagogie și să ceară să i se facă dreptate că, vezi Doamne, nicăieri nu sunt stabilite pe hârtie criteriile de spiritualitate. Că de douăzeci și cinci de ani stă la masa de lucru! (ca și când munca fizică ar încuia spiritul.) El considera că munca cu capul înseamnă spiritualitate și nu avea nici cea mai mică dorință de a-și schimba modul de gândire.

N-am găsit alt argument decât să-i spun: *„O dovadă că spiritul dumneavoastră este încuiat este faptul că vă miroase gura urât și motivul este răutatea dumneavoastră care s-a simțit jignită și pe care ați crescut-o ani de zile fiindcă v-ați temut că nici dumneavoastră, nici munca dumneavoastră nu sunt respectate. Din cauza asta și pentru că vă încăpățânați să-i acuzați pe alții v-ați supărat rău de tot pe lumea întreagă”*. Evident, cuvintele mele nu i-au dat satisfacție.

După două luni a venit iarăși. Îmi apăruse în prag același om, dar total de nerecunoscut. Nu mai rămăsese nici urmă din agresivitatea lui. Impotența de care suferea îl salvase pe acest bărbat de la distrugere totală. Acum era copt pentru a recepta înțelepciunea spirituală. În tot răul este un bine.

Odată cu Iertarea, spiritul se deschide și toate problemele se rezolvă

Reacția obișnuită este următoarea: *„Ehe, nu e totul așa de simplu cum spuneți”*. Vă rog să mă credeți că vă va fi mai ușor, și veți începe să trăiți mult mai bine, chiar și din punct de vedere material, dacă, în loc să treceți ca buldozerul peste greutățile vieții, vă veți elibera de stresuri.

Omul modern își câștigă iubirea, onoarea și curajul prin agonisirea de averi, prin opere de binefacere, prin dăruire și sacrificii ipocrite, prin simpla etalare a bunăstării lui. Prin asta nu se va elibera însă de stresuri și

nu va fi mai sănătos și mai fericit. Este ca și când ai merge contra vântului și ai lua-o de la capătul rău.

Dacă se va începe cu o gândire corectă, cu iertarea stresurilor, adevărata rezolvare a problemelor economice va veni de la sine. Și numai atunci voi da cu tot sufletul și nu voi aștepta ca ceilalți să bage de seamă ce faptă bună am făcut eu. Cine face bine, nu va aștepta nici pic de recunoștință, nici măcar ca cineva să-și aducă aminte de fapta lui bună și s-o spună prin cuvinte.

Să presupunem, de exemplu, că mă întorc acasă într-o noapte albă de vară și văd un teren de golf lăsat de izbeliște. Arată de parcă ar aștepta să fac ceva. O să mă întreb, de ce eu să fac? Păi, altfel, de ce ar fi apărut pe calea mea?! Chiar dacă este târziu în noapte și mai sunt și alte lucruri care mă împiedică, îmi suflec mânecile și mă apuc de treabă. Noptile de vară sunt lungi și se pot face multe. Spre dimineață terenul este curat de ți-e mai mare dragul. Jumătate de oraș s-a adunat să admire ce-am făcut și îl admir și eu ca și când l-aș vedea pentru prima oară. Și o fac sincer. Și dacă cineva din mulțime ar vrea să afle cine a făcut acest lucru, o să încerc și eu să aflu, uitând că eu l-am făcut. Și dacă îmi voi da seama imediat că am făcut o faptă bună, nu voi simți deloc nevoia să spun că eu am făcut-o. Asta înseamnă o faptă bună.

Lecția materialismului a pus în fața omenirii problemele economice.

Cine nu se va elibera de frică în fața problemelor economice, va fi sortit să aibă probleme economice.

Cine nu se va elibera de răutatea pe care i-o provoacă problemele economice, va fi distrus de acestea.

Acest lucru se va întâmpla în funcție de cât de mare este frica și răutatea fiecăruia.

Răutatea față de dușmănie

Copilul trăiește printre stresurile părinților. La acestea se adaugă propriile lui stresuri. Din acest motiv este adevărat ce se spune – că fiecare generație este mai bolnavă decât cea de dinainte. Născându-ne pe lume, aducem cu noi greșelile generațiilor anterioare, ele fiind

dificultăți pe care le putem depăși, întrucât spiritul nostru știe de ce suntem capabili.

Frica la gândul că *nimeni na mă iubește* provoacă un lanț de stresuri copilului.

Sentimentul de vinovăție față de mama lui, primit chiar de la naștere, apoi sentimentul de vinovăție că faptele lui nu sunt așa de bune (și copilului îi va merge totul pe dos) vor provoca o acumulare critică a sentimentului de vinovăție.

Sentimentul de vinovăție se va transforma în fiică – *ce mi se va întâmpla, dacă am făcut un lucru rău?* Frica atrage alte frici.

Indiferent de vârstă, dacă frica se acumulează, apare răutatea. Fiecare copil devine matur. La omul matui ponderea stresurilor crește proporțional cu greutatea și cu vârsta, dacă nu va învăța să gândească corect.

Acumulându-se, răutatea duce la distrugere.

Răutatea are mai multe stadii de dezvoltare:

1. Răutate care te face să intri în panică

Modul cum acționează ea se observă cu ușurință la copiii de astăzi, care sunt martorii răutății părinților lor, insatisfacției acestora, certurilor, bătăilor etc. Văzând cum se distruge cea mai mare valoare existentă în natură – iubirea, copiii încearcă să salveze ce se mai poate salva. Ei devin neliniștiți, nervoși și încearcă să străpungă zidul fricii pentru ca iubirea să poată curge, dar nu sunt înțeleși. Și se îmbolnăvesc de diferite boli alergice. Indiferent ce diagnostic vor pune medicii, oricum, mai târziu se va declanșa o boală de piele, care nu va putea fi tratată înainte ca răutatea ce provoacă panică să fie eliberată. Alergia este o formă de protest.

Atunci când copilului îi este foarte frică la gândul că *nimeni nu-l iubește*, amuțește, nu se mai revoltă (un băiețel cuminte este mai iubit) și capătă boala fricii înăbușite – astmul

2. Răutate care te înverșunează

Modul cum acționează ea îl avem acum în fața ochilor – toată lumea înjură pe toată lumea indiferent de loc, de

timp sau de propria demnitate. Toată lumea caută răul și îl găsește. Cine îl găsește, face pietre la vezica biliară. Așa se manifestă răutatea fizică acută, înverșunată, însoțită și de sete de răzbunare. Numărul pietrelor corespunde cu numărul dușmanilor de moarte. Tehnica operațională tot mai avansată și aparatura tot mai performantă i-ar putea ajuta pe chirurghi să îndepărteze pietrele la întreaga omenire, dar răutatea tot va rămâne...

Când omului îi este foarte frică la gândul că *nimeni nu mă iubește*, își strânge buzele, poartă în sufletul lui o răutate ascunsă și face pietre la vezica urinară - o boală mult mai gravă.

3. Răutate care te duce la dușmănie, la ură

Când omul insultă și îl împrășcă cu înjurături și cu blesteme pe dușmanul lui de moarte, apare cearta. Cearta este un lucru rău, dar are și o parte bună: iese la lumină adevărul și apare și soluția. Cel care spumegă de furie, va face forme de cancer cu evoluție lentă ce pot fi descoperite cu ușurință.

Când omul este cuprins de o furie puternică la gândul că *nimeni nu mă iubește*, se închide în el și poartă în tăcere răutatea cu el, străduindu-se să facă bine tuturor. El poate să-și ascundă în suflet o răutate, foarte justificată din punctul lui de vedere, dar corpul lui nu are nevoie de justificări. Când moare, toți ceilalți spun: „*Ce nedreaptă este viața! Omul rău trăiește și înflorește, iar omul bun este nevoit să părăsească această lume în chinuri cumplite*”.

Omenirea a cărei capacitate de a raționa este blocată de frică, nu va înțelege în niciun fel ce este acela binele și ce este răul.

Răutatea care te împinge la dușmănie, la ură, nu se mulțumește cu răzbunarea. Chiar și atunci când sângerosul dușman a suferit din cale afară de mult, tot ți se pare că n-a suferit destul. Un om care nu este binevoitor va simți întotdeauna că a fost mult prea blând cu cel care l-a supărat.

Cel care-și exprimă nemulțumirea prin zbierete va fi

pedepsit de viață doar din cauza modului neinteligent în care a făcut-o.

Se înmulțesc cazurile de cancer la copii. Copiii bolnavi de cancer sunt cei care s-au maturizat prea devreme. Cu alte cuvinte, suma totală a stresurilor lor, care în mod natural se acumulează cu timpul, paharul răbdării lor s-a umplut, grație părinților și a început să dea pe dinafară.

< *Exiemp cu din viață*

Odată am ajutat-o să părăsească această lume pe o tânără, bolnavă de cancer la plămâni, care, în trei ore după ce a recunoscut în fața mea că acum vrea să-i spună soțului ei ce bun e, a putut să moară fără dureri, ca de o moarte subită.

Timp de cincisprezece ani, cât a durat căsătoria, n-a simțit nevoia să-i spună. Ascunzându-și îngrâcnarea și acuzațiile sub o mască zâmbitoare, a lăsat ca aceste stresuri să crească până când s-au transformat în dușmănie, în ură. Toată lumea trebuia să vadă ce căsnicie model au ei. Lucrând în sfera afacerilor, ea avea o viață activă, știa că este un bun specialist, era respectată și admirată. Avea tot ce și-a dorit.

Dar corpul ei a considerat că lucrurile stau altfel. Soarta este determinată de legile naturii. Femeia n-a putut să primească iubirea bărbatului ei pe care voia să-l domine, întrucât aștepta ca bărbatul să fie cel care dă. Îngrâcnarea reciprocă a fost împinsă adânc în interior, în numele familiei. Bărbatul și-a găsit un suflet pereche, dar ea n-a putut suporta umilința.

Și bărbatul și femeia erau unul pentru celălalt un fel de obiect de care nu ai voie să te atingi, un tabu. La amândoi, izolarea în interiorul familiei începuse încă din copilărie, când părinții lor trăiau de asemenea pentru societate. Toate idealurile lor mărețe s-au prăbușit, deoarece lipsea iubirea.

Tânăra a muncit mult cu ea însăși. Ar fi învins moartea, dacă familia ar fi ajutat-o. Dar, vai, acest lucru nu s-a întâmplat. Sfârșitul ei m-a învățat să văd ce

monstruozitate - la care nu poți nici măcar să te uiți - se poate ascunde în spatele unei vieți frumoase. Prin intermediul spiritului ea m-a ajutat ca împreună, eu și ea, să facem un buchet de flori, ceea ce am și făcut. Era un buchet care nu mai este acum la modă - romanițe, albastrele și maci mari, roșii pe fundalul unei nopți albastre-negre.

Până atunci ea își negase nevoile sufletești.

Cine se va elibera de frică la gândul că *nimeni nu mă iubește*, va descoperi lucruri uimitoare. S-ar părea că răul nu mai este chiar atât de rău, iar binele nu mai este chiar atât de bine. Că nimeni n-ar mai vrea să mă învinovățească de ceva. Acela sau ălălalt nu mai sunt atât de răi, cum mi se părea mie. Pur și simplu, totul există, cu binele și cu căul său - este clar, simplu și logic. Ca urmare, vine și liniștea sufletească, bucuria de a trăi și, evident, sănătatea.

Cu cât un stres, oricare ar fi el, stă mai mult în organism, cu atât mai probabil el se va transforma în răutate. De exemplu, cineva este trist, fiindcă simte că nimeni nu-l bagă în seamă și că nimeni nu are nevoie de el. Acest stres este frica *nimeni nu mă iubește*. Cu timpul, el se va transforma în groază, ceea ce este mai rău, întrucât nimeni nu vrea să fie singur. Și cândva, acest om se va supăra, fiindcă nu este iubit, se va supăra că nu este respectat și așa mai departe. Toate acestea duc la răutate.

Răutatea față de dușmănie înrăiește.

Bucuria de a învăța să ispășim răul

Omul se naște pe lume pentru a învăța. Spiritul omului nu are un alt scop.

Spiritul știe tot ce a învățat în viețile anterioare și își prevede viața viitoare. El știe ce mai are de învățat. Învățarea se face și prin intermediul răului - așa îl numim noi. În funcție de scopul vieții sale spiritul își alege părinții cu mare iubire. El își alege tocmai pe acei părinți care să-i ofere acel rău, prin care el să devină mai înțelept.

Imaginați-vă că unui adult i se oferă posibilitatea ca dintr-un mare număr de copii să-și aleagă unul. Și-ar alege pe cel care este mai rău? Dumneavoastră l-ați alege? Copi

lui este cel care își alege părinții din cauza răului, ca să-i iubească și să înceapă să înțeleagă acest rău. Cât de mare și de pură trebuie să fie această iubire! Noi toți ne-am ales părinții în acest fel.

Noi apărem pe această lume ca să corectăm răul făcut de părinți și să devenim mai buni. Dacă reușim, lecția de viață este completă – spiritul a învățat înțelepciunea. Tocmai de aceea, nimeni nu are dreptul să-i ia cuiva acest rău.

Oameni dragi! Înțelegeți voi, oare, că, înainte de a vă naște, veniți pe lume ca să vă iubiți părinții din cauza acestui rău? Și numai din cauza răului! Căci numai prin acest rău vine înțelepciunea.

Copilul vine pe lume pentru a îndrepta ce au greșit părinții lor. Părinții vor ca el să nu le repete greșelile, ce face – să facă corect.

În felul acesta, copiii și părinții au absolut același scop. Dacă ambele părți ar conștientiza, ar înțelege acest lucru, părinții nu l-ar mai obliga pe copil să facă ceea ce el oricum face. Constrângerea provoacă revoltă și minunatul scop se transformă în contrariul său. Începe lupta dintre părinți și copii. Cauza este blocarea rațiunii de spaima că nimeni nu mă iubește.

Copilul nu conștientizează că cu cât părinții, pe care el și i-a ales, sunt mai răi, cu atât a scontat că va învăța mai mult de la viață. Pentru el părinții nu sunt răi, sunt cei mai buni. Cu cât negativitatea corectată de către spirit este mai mare, cu atât spiritul devine mai înțelept.

Dacă în momentul acesta hotărâți că este mai bine să nu mai învățați, v-ați semnat condamnarea la moarte. Când totul a fost învățat, vine moartea. Și dacă spiritul vede viața altfel decât conștiința voastră, conștiința va avea mult de suferit. Cereți iertare greșelii și aflați că spiritul nu este leneș.

Copilul este suma dintre tata și mama

Niciun copil nu are la naștere mai puțin sau mai mult decât au mama sa și tatăl său. El începe să atragă tot ce este în el. În felul acesta, începe să-și învețe până la capăt

propriile lecții de viață.

Până nu vom înțelege acest lucru, nu vom putea să ne înțelegem nici părinții, nici pe noi înșine. Din acest motiv copilul nu-și cunoaște cu adevărat părinții. De altfel, nu se cunoaște nici pe el însuși.

Simbolic, tatăl este scheletul copilului. Cum este sufletul tatălui, așa este și scheletul meu. Tata este suportul lumii mele fizice. Scheletul este carcasa pe care se sprijină totul. Dacă tatăl este slab, este slab și scheletul. Dacă tata este fragil, oasele copilului se rup sau consistența lor este subminată de o boală. Dacă tatăl este slab interior, dar vrea să-i înfrângă voința copilului prin forță, apar două pârghe de forță care se contracarează și scheletul copilului se deformează. Spiritul copilului nu și-a ales însă un tată ca să-și rupă oasele. Tata trebuie să-i dea rezistență, forță, rațiune, energie pentru a putea să meargă înainte cu determinare. Tata este baza lumii mele materiale.

Tatăl poate fi un pitic cu scheletul deformat, dar dacă copilul îl iubește, îl respectă și toată viața îi va iubi acele calități care îi dau forță, iar pe cele care îl fac slab le va conștientiza, le va înțelege și va începe să le iubească și pe ele, atunci scheletul acestui copil și viața lui materială vor fi în regulă. Acest copil își iubește tatăl așa cum este. Îl iubește nu doar pentru ce are bun. Pentru ca oasele să se vindece trebuie restabilită autoritatea tatălui. Ar fi bine dacă ar face-o chiar el. Pentru aceasta el va trebui, mai întâi, să-și ierte mama și soția pentru că ele nu înțeleg sexul masculin și îl distrug prin răutatea lor.

Copiii cu oasele deformate pot fi ajutați de părinți. Dacă tatăl vrea să demonstreze că el este excepția care nu are nicio legătură cu legile naturii, asta nu înseamnă ajutor.

Scheletul copilului spune adevărul și atunci când copilul consideră că tatăl său este cel mai bun din lume și o spune prin cuvinte. Corpul lui nu întreabă de ce omul nu are curajul să recunoască adevărul. Cuvintele pot să înșele și prin puterea lor de convingere pot să amăgească

rațiunea, dar corpul copilului nu ține cont de acest lucru. Dacă nu se înzdrăvenește, trebuie căutată cauza și trebuie găsit un echilibru cinstit în înțelegerea reciprocă dintre tată și copil.

Pot să-mi îndrept situația în felul următor:

Copilul poate să-și corecteze greșelile în felul următor:

1. Îi iert pe toți cei care mi-au umilit tatăl în prezența mea și în inima mea, mai ales pe mama, care, purtându-mă în pântece, apoi educându-mă, îl umilea pe tatăl meu, fiindcă nu înțelegea sufletul bărbatului. Aceasta este o pedeapsă pentru sexul feminin de astăzi pentru setea lui de putere. O mamă care are nevoie de bărbat doar pentru a concepe un copil, întrucât părerea ei despre sexul masculin este, dintr-un motiv sau altul, mai degrabă negativă, va naște un copil bolnav. O mamă singură care nu este intolerantă față de sexul masculin va naște un copil sănătos.

2. Mă iert pe mine că am admis toate astea și am tras în mine o imagine deformată a tatălui meu. Mă iert că, fără să-l fi cunoscut cu adevărat pe tatăl meu, știindu-l și apreciindu-l așa cum îl văd alții, nu am văzut în el un om obișnuit, cu părțile lui bune și rele.

3. Îi cer iertare corpului meu, fiindcă i-am pricinuit un rău sistemului meu osos. Cu alte cuvinte, am învățat prin suferință.

4. Îl iert pe tata, fiindcă nu și-a recăpătat autoritatea, că nu s-a cunoscut nici măcar pe el însuși și nu s-a eliberat de negativismul vieții, lipsindu-mă de un tată adevărat.

5. Îi cer iertare tatii, deoarece i-am provocat suferință și, neînțelegând adevăratul scop al vieții lui, l-am umilit, pentru că n-am văzut în el un om cu părți pozitive și negative. Pentru că n-am știut să înțeleg cu inima partea lui bună și cu rațiunea partea lui rea. Faceți acest lucru chiar atunci când tatăl dumneavoastră nu mai este printre cei vii sau nu l-ați văzut niciodată, fiindcă tata este mereu prezent în dumneavoastră sub formă de spirit și nu puteți să vă eliberați de el, chiar dacă doriți acest lucru. Aveți

nevoie de acest tată și de răul din el! Spiritul tatălui mort se va elibera când îl veți ierta, și prin aceasta viața dumneavoastră materială va prinde aripi.

Cu cât veți ierta mai mult, cu atât veți înțelege mai bine ce vreau să vă spun. Boala sistemului osos spune un singur lucru. – blocându-vă rațiunea, vă blocați spiritul; corpul dumneavoastră vă dă insistent de știre.

Adesea, o imagine neadevărată provine din atitudinea mamei, din dezamăgirile ei, și ce să ne mai ascundem, din ambițiile ei și din aparența înșelătoare a vieții ei sufletești. Toate astea îi înrăiesc pe toți. Mama, care prin aerul ei de om jignit („vai, ce nefericită sunt!”) caută compătimire, denaturează atât de mult adevărul, încât începe să creadă până și ea.

Influența negativă asupra bărbatului a femeii moderne, care dorește supremația, este foarte mare și dăunătoare. Străduiți-vă să vă înțelegeți tatăl și nu să-l judecați. El are un suflet vulnerabil. Și cum nu știu mamele să-l ocrotească!

Când vine la mine la cabinet o persoană cu oasele deformate și cu țesutul osos decalcifiat la maximum și spune că are cel mai bun tată din lume, asta înseamnă că el ori neagă răul, ori se teme să-l recunoască. Răul din tată, și anume slăbiciunea (toți așteaptă forță de la tată) este ridicat la rangul de virtute. Un om bun, nefericit, căruia toți iau făcut rău, mai ales mama! Dar dacă mama nu-l umilea degeaba? Dacă era un om slab, și a moștenit și el acest lucru de la strămoși?

Adesea, unele secrete, bine ascunse de părinți, chiar nu sunt cunoscute de către copii și le provoacă boli. Asemenea copii, și ei secretoși, au venit pe lume să învețe lecția tăinuirii și a minciunii. Cu alte cuvinte, au apărut pe lume ca să învețe lecțiile tipice ale civilizației.

Subliniez – cine atrage răul (altfel răul nici nu putea veni) are un mod negativ de gândire, și, dacă vă veți ierta tatăl, prin asta nu l-ați făcut rău, ci, dimpotrivă, i-ați ușurat sufletul. Ați făcut ce n-a făcut el pentru dumneavoastră, fiindcă nu a știut și de aceea sufletul lui s-a chinuit până

acum.

Orice copil are nevoie de un tată puternic din punct de vedere spiritual. Lui trebuie să i se ierte slăbiciunea. Ea este o lecție pentru copil, el învață să fie puternic. Un om slab din punct de vedere spiritual devine, pe măsură ce se acumulează stresurile și neînțelegerile, foarte rău. Un om puternic nu se va înrăi niciodată - nu are nevoie să amenințe pe cineva, de el nu se lipește răul.

Dacă, spiritual, tatăl este slab spiritualicește, cauza inițială este mama și această cauză se va amplifica în el în cursul vieții lui împreună cu soția. Orice tată este atât de puternic pe cât îl iubește soția lui.

Un om slab vine pe lumea asta să învețe să devină puternic. Cel puternic vine să învețe să-l înțeleagă pe cel slab, să-l susțină, să-l ajute, să-l îndrume. Viața merge înainte grație celor puternici. Cu cât exista mai mulți oameni puternici, care gândesc corect, cu atât omenirea va avea mai multă vitalitate. Dar, cu cât vor fi mai mulți oameni puternici, care nu gândesc însă corect, cu atât mai rapid omenirea va pieri.

Simbolic, mama reprezintă ȧesuturile moi ale copilului

Așa cum este felul de a fi al mamei, la fel sunt ȧesuturile moi ale copilului. Gândiȧi-vă și găsiȧi analogiile care există între caracterul mamei și ȧesuturile adipoase, mușchii și organele dumneavoastră și analogiile dintre caracterul ei și emoȧiile de diverse tipuri. Iertaȧi-o pe mama dumneavoastră și problemele ei, la fel și pe tată.

Iertarea mamelor este un lucru foarte greu, este însă o muncă binecuvântată. Vom mai reveni la această problemă.

Tatăl este spiritul copilului, mama este sufletul copilului

Fiecare om are un spirit și un suflet. Ele sunt Dumnezeiești, primordiale și veșnice. Spiritul dorește să dobândească înȧelepciune și de aceea el trebuie să se întrupeze într-un corp fizic pentru a-și învăȧa lecȧiile rămase neînvăȧate. Sufletul unește spiritul și corpul. Apar

pe această lume prin părinți, care își dau din energia lor spiritului și sufletului copilului – ele existând de la începutul lumii. Mai corect ar fi să spun că spiritul copilului este suma dintre energia primordială a spiritului și energiile vieților anterioare ale tatălui; sufletul copilului este suma dintre energia primordială a sufletului și energiile vieților anterioare ale mamelor. Fiecare viață nouă adaugă spiritului și sufletului o nouă înțelepciune. Sarcina vieții noastre actuale este să ne cunoaștem spiritul și sufletul în această viață pentru a adăuga această înțelepciune la cea deja existentă.

Închipuți-vă un drum pe care merg unul după altul trei călători – bărbatul, femeia și copilul. Aceștia sunt spiritul, sufletul și corpul meu.

Călătorul bărbat este tatăl meu. El a ales calea vieții mele și mi-o pietruiește în plan material așa cum am eu nevoie pentru a-mi învăța lecțiile de viață. El mi-a format și bolta mea cerească (spiritualitatea), fie că este înaltă, ușoară și aurită, fie că este joasă, grea și întunecoasă. Eu am vrut așa. Cu cât bărbatul, sau spiritul, este mai în vârstă cu atât merge mai liniștit, întrucât vede viața în unitatea dintre bine și rău. Pentru el totul este clar. Cunoscându-se pe sine, merge înainte înmulțind înțelepciunea.

Sufletul meu este ca femeia care merge în urma bărbatului. Aceasta este mama mea. Sufletul omului modern este de obicei neliniștit. Aceasta este natura femeii contemporane.

Corpul este copilul care trebuie să meargă mai departe pe drumul său. Cine nu se mișcă, acela piere. Stavilă în calea mișcării poate fi atât sufletul, cât și spiritul. În principiu, este totuși sufletul. Sufletul este acela care face ca lecțiile de viață să fie deosebit de grele și să fie ținute minte.

Tatăl este capul, mama – gâtul, copilul – corpul.

Problema principală a omului modern constă în faptul că spiritul și corpul sunt despărțite. Fiecare dintre noi trebuie să ajungă ca gâtul să unească bine capul de

corp, pentru ca sufletul să nu despartă spiritul de corp. Pentru ca mama să nu fie un zid între tată și copil.

Bolile corpului sunt provocate de dezechilibrul dintre spirit și suflet. Toate neînțelegerile posibile dintre părinți, dezbinarea, cearta, lipsa de respect, umilirea, dușmănia, divorțul etc., care provoacă în corp emoții negative, contribuie la apariția la copil a acelorași greutăți în mersul său.

Nici fuga de acasă, când este justificată prin obligații de serviciu, nu își are rostul. Tați care mergeți des în delegații! Revizuiți-vă gândurile, mai ales dacă, în timp ce ați lipsit, copilul vostru și-a rupt oasele. Aceste oase rupte oglindesc viața voastră sufletească.

Mi-e milă de copiii care ascultă, cu un surâs trist, monologurile părinților prin care ei se justifică. Ei știu că oricum părintele va prezenta negrul ca fiind alb, chiar dacă prin aceasta îi face rău omului care îi este cel mai drag.

Copilul și-a ales singur părinții și la o minciună reacționează corespunzător. Poate să refuze să meargă mai departe pe drumul său, să se sacrifice de dragul părinților, să-i fie ciudă sau să fie rău cu ei; să fie trist, plângăreț, îndârjit, neajutorat, dornic de răzbunare, să se dezică de ei etc. Toate aceste stresuri așteaptă să fie eliberate.

DRAGI PĂRINȚI!

PUTEȚI SĂ ARĂTAȚI PE DINAFARĂ CUM DORIȚI, PUTEȚI SĂ FIȚI ÎN OCHII LUMII BOGAȚI, PUTEȚI SĂ AVEȚI O AUREOLĂ DE SLAVĂ, CĂCI OMENIREA ARE NEVOIE ȘI DE IDOLI, DAR ÎN FAȚA COPIILOR VOȘTRI SUNTEȚI ÎNTOTDEAUNA GOI, CA ÎN FAȚA LUI DUMNEZEU.

DACĂ DORIȚI SINCER SĂ DEVENIȚI BUNI, UIȚAȚI-VĂ LA COPIII VOȘTRI ȘI TRĂIȚI ASTFEL ÎNCÂT EI SĂ FIE SĂNĂTOȘI. SĂNĂTATEA ESTE IMAGINEA ÎN OGLINDĂ A VIEȚII. DACĂ COPILUL ESTE BOLNAV, ÎNSEAMNĂ CĂ PĂRINȚII NU TRĂIESC CUM TREBUIE.

Omul modern se amăgește și pe el, îi amăgește și pe alții. Eul său lăuntric se ascunde în spatele unei bunătăți

aparente și omul începe să creadă el însuși că este bun. Se inventează tot felul de campanii publicitare frumoase, dar în esență ele sunt nocive și nefolositoare. Se difuzează, de pildă, un clip: „Să nu bați copilul”, dar scopul lui este unul de compromis, te revoltă. Ar trebui să se spună: „Nu distrage sufletul copilului!” și atunci trupul copilului nu ar mai fi amenințat.

Copilul își va aminti cu recunoștință, măcar o dată, de bătaia primită de la părintele său iubitor. Dar, atunci când un părinte mincinos și plin de ură își întoarce cu indiferență sau cu dispreț fața de la copil, prin aceasta îi rupe inima în mii de bucăți. Părintele care în culmea supărării îi strigă copilului: *„Nu mai ești copilul meu! Cară-te de aici! Nu mai ai părinți!”* – îl omoară pe copil. Când își amintește de cele întâmplute, chiar în glumă și în zeflemea, copilul va simți din nou acea durere. Ironizarea lucrurilor petrecute nu corectează, ci îi provoacă o nouă durere copilului.

Fiecare spirit are drumul lui care îl poartă către soare. Pe acest drum merg bărbatul, femeia și copilul. Tatăl, fiind spiritul, alege drumul. Dacă drumul meu este luminos, asta i se datorează tatălui meu. Dacă drumul este întunecat, tot tatălui meu i se datorează. Dar și acest lucru constituie o lecție de viață pe care eu însumi am dorit-o. Copilul vede bine umbrele lăsate de cei care merg înainte.

Cu cât soarele strălucește mai tare, cu atât umbrele sunt mai intense. Umbra este negativitatea părinților. Copilul apare ca să iubească această negativitate, ca să devină înțelept. O poate face prin iertare. Prin iertare el poate să înceapă să-și înțeleagă părinții. Răul tatălui sau mamei se transformă în opusul său – binele, adică aceasta este lecția de viață a copilului.

Umbrele dispar și cei doi – femeia și bărbatul – încep să meargă unul lângă altul pe calea vieții. Este mai sigur și mai ușor să meargă astfel. Între ei poate să vină și copilul și să-i ia de mână ca să meargă mai departe, până când el va crește și drumul va fi prea îngust pentru toți trei. Atunci el o va lua înainte, lăsându-și părinții în urmă. Următoarea

generație trebuie întotdeauna să o ia înainte. În această situație fiecare spirit este însetat să-și învețe lecțiile de viață. Acest lucru ar fi fost posibil dacă omul ar fi învățat să gândească corect. Astfel copilul își sintetizează din părinți *propriul său eu*.

Acest trio merge pe cărarea vieții. Fiecare dintre ei este un întreg independent care ar trebui să-și asigure el însuși libertatea. Dar, de obicei, ei nu fac acest lucru ci, dimpotrivă, se încurcă unul pe celălalt.

Omul nu știe să fie liber, el nici măcar nu știe ce înseamnă libertatea. Libertatea fizică nu conferă libertate sufletului, iar robia fizică nu limitează libertatea sufletului.

În mod simbolic, corpul ar fi putut să ocolească stavilele, atât pe cele din partea dreaptă (ținându-se de tată), cât și pe cele din stânga (ținându-se de mamă), și chiar pe dedesubt, săpând un tunel, sau pe sus – dacă ar fi știut.

Cel care merge pe dedesubt se înjosește și n-are decât să-și ierte această autoînjosire și atunci va fi posibil să-și ierte părinții că l-au înjosit.

Cel care ocolește stavilele, făcând un ocol mare, acela va fi nevoit să aleagă în viață căi necinstite și să recurgă la înșelătorie. Un astfel de om trebuie ca, în numele propriei bunăstări, să-și întoarcă fața de la situația nedorită, pe care ar fi vrut foarte mult s-o evite, întrucât copilul nu îi poate învăța pe părinți. Deși, acest lucru ar fi normal, să te învețe cel care este mai înțelept, chiar dacă este ultimul – copilul. Acela care nu este de-a dreptul receptiv la învățăturile date de copil va fi silit să învețe prin boli.

Sunt puțini cei care încearcă să biruiască în mod corect răul și pentru că nu pot să o facă, biruința este grea și este însoțită de stresuri. De regulă, răul este biruit prin negarea lui, prin ignorarea lui, prin dorința de a vedea numai binele, ca și când răul nu ar exista.

Ar fi bine dacă copilul ar merge drept și cu curaj pe calea vieții sale, iertând piedicile pe care i le-au pus în cale părinții. Astfel, drumul se curăță de negativitate și copilul

îndreaptă el singur acest rău. Așa se naște demnitatea, așa se înmulțește înțelepciunea.

De obicei, oamenii nu au cunoștințe pentru a face. Acest lucru. Se întâmplă de multe ori ca cineva să afle de la mine, la consultație, despre afacerile tenebroase ale părinților lui care i-au provocat boala. Până atunci nu a știut nimic. Corpul copilului nu întreabă dacă părinții sunt cinstiți sau nu, el învață în mod coerent.

Trebuie să înțelegeți că în fiecare unitate există binele și răul. Cine nu vede răul, nu are vederea bună. Răul trebuie înțeles cu rațiunea și atunci răul pare a nu mai fi rău, ci un învățător de la care ne vine priceperea de a aprecia corect viața. Copilul chiar are nevoie de răul părintesc, căci pentru aceasta a venit pe lume.

Moștenirea strămoșilor

Strămoșii îi dau părinților copilului spirit și suflet.

Cu siguranță vă este cunoscut străvechiul adevăr care spune că păcatele părinților îi urmăresc pe urmași până la a treia generație. Părinții părinților sunt acei „păcătoși” pentru greșelile cărora sunt pedepsiți nepoții. Toate bunicile și toți bunicii care au trăit precum câinele și pisica pot să-și „admire” nepoții și să nu caute vinovați inexistenți la școală și pe stradă.

Omului i-a fost dăruită de către natură o viață atât de lungă pentru ca el să poată vedea ce a creat cu propriile sale mâini – pe nepoții săi –, atât în bine, cât și în rău, și să-și poată corecta singur greșelile. Cel care o face, vede că nepoții devin buni și iertători, fără să fie obligați.

Iertându-i pe bunici pentru durerea sufletească pe care au pricinuit-o părinților mei, eu mă eliberez de lanțul de stresuri ale părinților mei și simt eu însumi cum vine liniștea sufletească. Este o muncă imensă și binefăcătoare.

Nu uitați că, pentru voi, părinții voștri sunt spiritul și sufletul ce trăiesc veșnic. Sufletul și spiritul celui căruia îi trăiesc părinții, fixează în orice moment existența lor.

Boala mea sufletească este în același timp și boala mamei mele, sănătatea mamei mele este și sănătatea mea etc.

Tăria spiritului meu este tăria tatălui meu. Boala sufletească vine de la durerea sufletească a tatălui.

Când părinții părăsesc această lume trecătoare, omul nu mai este schimbător în sufletul lui, se liniștește și asta se explică prin faptul că nu mai este îngrijorat din cauza părinților. Și este adevărat, însă numai din punct de vedere al vieții fizice. De regulă, acum începe să aibă un inexplicabil sentiment de vinovăție și oricât ar încerca să se liniștească – nu mai e nimic de făcut, sentimentul de vinovăție față de părinți nu dispare.

Cine nu știe sau nu vrea să-și ierte părinții, principala sarcină a vieții lui va rămâne neîndeplinită. În sufletul lui va rămâne pentru totdeauna sentimentul de vinovăție. Și acest sentiment duce la îmbolnăvirea inimii. Când inima nu este continuu alimentată cu sânge, suferă tot corpul.

Pentru majoritatea oamenilor aprecierea corectă a binelui și a răului este un lucru dificil. E mai ușor să recunoști răul. El îți sare în ochi și îți sparge urechea. Bunătatea falsă, vicleană, poate să-i înșele pe toți, chiar și pe victimă. Luați-vă ca ajutor simțurile voastre, urmăriți ochii oamenilor – privirea lor spune adevărul. Un om sincer se uită în ochii celui alt, cuvintele și expresia ochilor vorbesc aceeași limbă. Și chiar dacă nu vă spun nimic, puteți concluziona în mod logic că acela ascunde ceva rău. Iertați-l pe cel care vă minte, ca să-i dați curaj. Iertați-i pe toți, iertați tot ce vă neliniștește. Dacă veți evita să priviți în ochii cuiva, întrebați-vă – de ce oare? – și cereți iertare stresurilor.

Consecințele micilor noastre greșeli se întorc împotriva noastră.

Consecințele greșelilor noastre mari se întorc și împotriva copiilor noștri pentru ca lecția să fie mai aspră.

Consecințele greșelilor foarte mari cad și asupra nepoților, pentru ca lecția să fie învățată dureros.

Repet iarăși și iarăși – nu căutați cauza bolilor în afară, ci în dumneavoastră înșivă. Eu însumi poate însemna și cei care mi-au dat viață (părinții) sau, indirect, străbunii.

De exemplu, o cauză tot mai frecventă a diabetului zaharat o constituie căsătoria fără iubire. Copilul născut dintr-o astfel de căsătorie este un diabetic latent sau ascuns; pentru el lipsa de iubire a ajuns deja la un punct critic. Dacă omul va încerca să-și aranjeze viața familială doar prin muncă, sentimentul lui de iubire va fi și mai fragil. Fără niciun motiv vizibil, copilul lui poate să facă diabet, și nimănui nu-i va trece prin cap că o ceartă banală în familie poate însemna mult mai mult decât atât. Pentru copil însă, cearta dintre părinți echivalează cu distrugerea iubirii. O mică ceartă poate însemna ultima picătură care umple paharul și provoacă diabetul.

Acolo unde se consideră că baza familiei este goana după avere, în cazul unui insucces, apare cu ușurință răutatea. Răutatea ucigătoare față de un insucces se întoarce chiar împotriva soțului, prin învinuiri, și începe să-i distrugă pancreasul. Soțul care și așa se străduise să facă imposibilul, va răspunde acum cu învinuiri umilitoare la adresa soției. Așa apare ura față de mângâierile reciproce, față de tandrețe, față de visuri. În astfel de momente viața nu mai are niciun sens întrucât partea adversă a rănit profund bunăvoința celuilalt, cu adevărat tandră și intimă.

Pancreasul se află în jumătatea stângă a corpului, în jumătatea masculină. Fiind țesut moale, el este femeia.

Un pancreas bolnav este ca o femeie care se amestecă cu agresivitate în zona unde domină bărbatul. Diabetul este răutatea distrugătoare a femeii contra bărbatului și - ca răspuns - răutatea ucigătoare a bărbatului contra femeii. Esența răutății constă în faptul că *„celălalt mi-a distrus fericirea și frumusețea vieții”*. Diabetul este boala urii pe față sau a urii tănuite, mârșave, mizerabile, ticăloase. Ea apare acolo unde visele ca de poveste s-au năruit.

Pancreasul este situat în zona unde se află sentimentul de vinovăție. Diabetul zaharat înseamnă distrugerea insulelor Lagerhans din pancreas. Doar răutatea distruge. Diabetul zaharat în sine este legat de

învinuiri. Învinuiește cel care vrea să fie mai presus decât celălalt. Cine iubește, nu simte dorința și nevoia de a fi superior.

Diabetul apărut la bătrânețe arată că omul dependent de muncă începe, odată cu vârsta, să-și urască tot mai mult partenerul, deoarece munca excesivă i-a băgat în pământ iubirea. Nici nu-și mai aduce aminte de ce a venit pe lume. A uitat că munca este făcută pentru om și nu omul pentru muncă. El îi învinuiește și îi stigmatizează pe alții, distrugându-se pe sine îndoit. La persoanele în vârstă diabetul zaharat este tipic pentru femei. Și totul numai pentru că le place să caute defectele la alții, mai ales la bărbați, ca să-și mai îndulcească viața.

Corpul unui diabetic în vârstă arată că părinții săi nu sau iubit. Orice altceva avea importanță pentru ei și se învinuiau reciproc pentru tot. Răutatea lor le-a făcut viața atât de amară, încât sunt nevoiți ca, prin corpul copilului, să tragă învățăminte din faptul că n-au știut să-și îndulcească viața așa cum ar fi trebuit. Diabetul zaharat este încercarea corpului uman de a-și face viața mai dulce.

Corpul unui diabetic care s-a îmbolnăvit din copilărie arată că bunicii și bunicile lui nu s-au iubit și nu i-au învățat nici pe părinții lui să se iubească. Se vede treaba că aveau altceva mai bun de făcut. Când ambele perechi de bunici se urăsc, diabetul infantil are o formă deosebit de gravă.

Întrucât pancreasul este un țesut moale, cauza primară se află la părinți, pe linie maternă. Când copilul diabetic are osatura afectată, problema se referă la părinți, pe linie paternă.

În general, diabetul este o boală imunitară. Imunitatea este dată de glanda tiroidă. Această glandă se află în stânga și în dreapta traheii, în zona controlată de frica „*nimeni nu mă iubește*”

Diabetul este o boală ereditară. Ereditatea este, pe scurt, o lege a naturii care spune că similarul atrage similarul. Noi moștenim caracterul părinților noștri, chiar atunci când nu avem ce moșteni, și în asta constă valoarea

supremă a vieții, întrucât de aici izvorăște înțelepciunea veșnică a spiritelor.

Cine își iartă părinții și pe părinții părinților lui, le salvează sufletele de povara vinovăției și în același timp îi ușurează, dar își ușurează și el sufletul pentru viețile viitoare.

Fiecare părinte care a clădit greșit viața copilului său, poartă în suflet povara vinovăției, pe care nu și-o poate explica – greșeala care nu a fost îndreptată.

Fiecare copil care vine pe lume să ispășească răul părinților lui pentru a căpăta înțelepciune, dar care nu și-a iertat părinții și prin asta nu a învățat ce trebuia, va fi apăsător și el de un sentiment de vinovăție pe care nu și-l poate explica. Iertarea are o forță mai mare decât ne imaginăm.

<Exiemp Cu (Cin viață

S-a prezentat la cabinet o femeie bolnavă psihic care se scrântise din cauza spaimelor și care nu ascundea faptul că are o viață dezorganizată și nici că are probleme psihice. Pe măsură ce eu îi povesteam mai multe despre problemele ei moștenite de la părinți – pe care ea, din proprie voință, venise pe lume să le rezolve – conștientul ei se lumina, ca spre sfârșitul consultației să gândească mai rațional decât oricare alt om cu o gândire așa-zis normală. Sinceritatea, cordialitatea ei respira căldură și dorință de a înțelege, dar, din cauza spaimelor, arăta ca o fiară hăituită. A amuțit de fericire când a înțeles chinurile sufletești ale mamei ei, o femeie ușuratică și imorală, care au obligat-o să-și abandoneze copiii. Suferințele unui copil abandonat de mama sa n-au înrăit-o, fiindcă ea spera să afle cândva că mama ei nu era deloc o mamă rea. Frica „*nimeni nu mă iubește*”, moștenită de la mamă, a transformat-o într-o bolnavă psihic, dar nu a împins-o la ură.

Ar fi vrut tare mult să afle de ce mama ei era așa, trebuie să fi avut ea un motiv. Motivul era bunica ei, care își distrusese soțul prin dorința ei de a-l domina. Fetei îi era drag de tatăl ei, dar nu-i plăcea înfățișarea lui și felul în care se purta. Se temea și de mama ei și de el și plecase

de acasă hălăduind prin lume în căutarea iubirii. Frica și nepriceperea de a iubi atrăgeau spre ea bărbați la fel ca ea. În voluptatea iubirii concepeau copii, pe care apoi îi abandonau. Mai târziu, sentimentul de vinovăție față de copii a crescut atât de mult, încât a început să prefere anturajul unor persoane necunoscute, care nu o știau și nu o arătau cu degetul.

Femeia a ascultat cu înțelegere povestirea mea. Încetîșor, privirea i s-a luminat și neliniștea a dispărut. Nu a urmat niciun fel de tânguială sau de văicăreală – stătea și se gândea. Mi-a povestit apoi că și ea și-a lăsat copiii și că fiica ei n-o va ierta cu niciun chip. Această femeie a conștientizat asemănarea ei cu mama sa și a adăugat oftînd că fiica ei nu va recunoaște că seamănă cu ea și n-o va ierta. *„Cereți-i iertare pentru greșelile dumneavoastră, în gând și prin fapte. Ați înțeles, sper, că generație după generație ați amplificat aceste greșeli. Dumneavoastră sunteți figura centrală a trei generații și sunteți cea care trebuie să îndreptați greșeala”* – o dăscăleam eu. *„Acum am înțeles. Fiul meu, care a venit la dumneavoastră, mi-a pus să ascult caseta în care îi explicați tot așa, pe înțeles, soarta părinților și bunicilor lui. Eu sunt la fel ca ei, numai că mult mai rea. N-ați vrut să-l faceți să sufere și nu i-ați spus tot. Băiatul m-a iertat, simt acest lucru. Dar fata nu mă va ierta”*. Nu-și învinovătea fata, era gata să-și îndrepte greșeala, deși era o muncă grea de tot.

Înainte de a veni ea, a venit fiica ei împreună cu copilul. Era o tânără obraznică, un specimen gata să sară în sus și să-ți trîntească ușa în nas la auzul a ceva ce nu-i este pe plac. *„Cum adică să iubești o asemenea mamă și să o ierți? Niciodată! Ea mai și crede că tot ce a făcut în viața ei a fost numai bine. N-aș vrea să am o asemenea mamă pentru nimic în lume”*. Nu putea să înțeleagă sensul următoarei fraze: suntem datori să lămurim totul pe această lume, fie ca proștii – să ne facem vînatăi și cucuie, fie ca deșteptii – să învățăm din greșelile altora. Aceasta era problema ei personală pe care ea însăși trebuia să și-o înțeleagă.

Este trist să vezi o astfel de tânără care refuză să se schimbe, dacă nu primește ceva în schimb. Să înceapă dintr-odată, hodoronc-tronc, să gândească într-un mod nou, era îngrozitor de greu pentru ea. Când i-am spus că o roade lăcomia, a protestat vehement. Cică, dimpotrivă, ea a rămas fără soț. Cei care au educat acest specimen, au sădit în ea o concepție de viață total răsturnată – să nu cruți pe nimeni care ar avea vreo vină. Era imposibil să o clinești de pe această poziție. Se considera excepțională și declara că îl iubește mai presus de orice pe tatăl ei și, prin urmare, faptul că nu are grijă de soț, nu înseamnă că este incapabilă să iubească bărbatul. Nu era în stare să înțeleagă că iubirea pentru tatăl ei era mai degrabă o provocare la adresa mamei ei, care își abandonase copilul. Era, de fapt, o iubire prin reciprocitate – te iubesc pentru că mă iubești și tu. Așa ne amăgim, așa amăgim și pe alții. Și în felul acesta partea vizibilă a vieții este dată drept singura adevărată.

Tânăra aceasta era ca o muceniță. Țeluri frumoase, nobile, înțelegere rațională a propriilor greșeli, dorința de a-l proteja pe celălalt, totul era doar o poză de muceniță – *m-au făcut să sufăr și asta nu pot să iert*. Pentru aceste cuvinte va fi sortită la noi suferințe. Fiind tânără, nu a avut încă parte de crize mari. Ca într-una din viețile ei anterioare și-a abandonat și ea copiii – asta nu-și mai aducea aminte.

Iată un exemplu de dezechilibru al spiritului, sufletului și corpului care a dus la boală.

O femeie de 55 de ani a fost operată la șoldul stâng, i s-a pus o articulație artificială, dar nu mai putea să meargă. A fost supusă la cinci operații, dar cu același rezultat – piciorul nu rezista. Articulația artificială era respinsă de către os, bolnava era disperată și se gândea că, în cazul ei, este vorba despre un eșec medical. Medicii înșiși, prin glume deplasate, nu făceau decât să îi amplifice această groază. Un om speriat nu are chef de glume, nici nu le înțelege.

Spiritul ei (adică tata) era ca un bătrân foarte activ,

fără astâmpăr, dornic de veselie și de înțelegere, care nu era deloc înțeles de un suflet foarte autoritar și exigent (adică de mama). *Să muncim, nu să ne distrăm!* Din acest motiv, spiritul o ia pe alt drum.

Sufletul continua să meargă strângând din dinți, interzicându-și orice bucurie și în același timp spunându-și că are tot ce-i trebuie.

Corpul se deplasează cu o greutate pe inimă, piciorul stâng (jumătatea paternă) este parcă desprins și depărtat de trunchi (piciorul simbolizează mișcarea spre înainte). Corpul știe cât de greu îi este sufletului când spiritul se duce mult în față. El se simte vinovat că nu-i poate da ajutor sufletului. (Mamei nici prin cap nu-i trecea că sprijinul sufletesc al copilului ar fi fost și pentru ea un suport, din toate punctele de vedere. *Ce poate înțelege un copil din ce fac ăia mari?* – aceasta este opinia generală). Corpul ar vrea tare mult să meargă împreună cu spiritul. Fiindcă spiritul uman merge și trebuie să meargă înainte.

Spiritul și sufletul ei = bunicul și bunica pe linie maternă erau așa: spiritul, moale prin natura sa, era un visător care se străduia să înțeleagă ce e în jurul lui; ar fi ajuns foarte departe, dacă nu l-ar fi îmboldit mereu sufletul și dacă, din cauza asta, n-ar fi obosit rău de tot. Sufletul ar fi vrut multe și să le aibă repede, așa cum și-a pus în gând. Îi mâna pe toți de la spate, fără milă, în numele unui scop bun – mari realizări materiale. Cu cât mergeau mai departe, cu atât sufletul se înrăia și el, iar spiritul obosea și mai tare. Corpul vedea că, dintre ei, mai iute era sufletul, îi plăcea mai mult de el decât de spiritul care se târâia îngândurat. De aici părerea că cine nu muncește până uită de el nu trăiește cum trebuie. Stresurile contradictorii care s-au împletit în corp, l-au tensionat ca un arc.

Spiritul tatălui ei = bunicul pe linie paternă – era un călător fără astâmpăr, căruia îi plăcea viața. Când obosea se întorcea la sufletul său = soția sa, și de fiecare dată o uimea în mod plăcut, căci un suflet iubitor vrea totdeauna să-l sprijine pe spirit prin iubire. Formau o pereche veselă,

pozitivă, care se susține reciproc. Mergând cu bucurie pe calea lui, corpul lor știa că, totuși, din când în când, este nevoie de ceva important care să le impulsioneze bucuria. Se temea de tristețe.

Acum, judecați și dumneavoastră logic!

Mama acestei femei era un om care vedea sensul vieții exclusiv în muncă, restul era socotit a fi rău. Tatăl femeii era un om plin de viață, dar îi era frică de oamenii supărați. Se întâlneau două extreme. Din punct de vedere al naturii stresurilor lor, erau atrași unul de celălalt, dar nu-și învățaseră lecțiile de viață - nu învățaseră să se echilibreze reciproc, să se înțeleagă. Urmarea a fost boala copilului lor. Dacă această femeie ar fi fost, chiar din tinerețe, rea, decepționată de viață, o persoană care acuză pe toată lumea, boala i s-ar fi declanșat atunci; în cazul ei s-a întâmplat la o vârstă mai înaintată.

Femeia cu piciorul bolnav a apărut pe lume tocmai ca să învețe să echilibreze extremele, dar, din păcate, a făcut-o prin suferință. A reieșit din discuții că, într-adevăr, tatăl ei era un om plin de viață, un om de ispravă, care s-a îndrăgostit de altă femeie și și-a întemeiat o nouă familie. Până la sfârșitul vieții a continuat să aibă legături strânse cu fiica lui. Fiica îl respecta foarte mult și de aceea, la început, nega că el i-ar fi produs vreo durere sufletească. Se străduia, prin rațiune, să fie mai presus de aceste lucruri și orice cuvânt rău spus despre tatăl ei ar fi fost considerat o pângărire a unui lucru sfânt. Și cu toate astea, în adâncul sufletului ei, ascundea o înverșunare față de modul în care el s-a comportat.

Mama ei era o femeie voinică, vrednică, de toată stima. Datorită ei familia trăia bine și copilul căpătase bune deprinderi de muncă. În afară de muncă, nu discuta altceva cu mama ei. Fiica își iubea foarte mult mama, deși între ele exista o anumită tensiune pe care nu și-o puteau explica.

Fiica însăși era o doamnă corpolentă, veselă, care dorea să vadă din orice doar partea bună. Partea rea o înghițea pe nerăsuflăte și se îngrășa. În viață renunțase la

multe lucruri care i-ar fi făcut plăcere și care i-ar fi trebuit, se subapreciasse, deși nu-și recunoștea chinurile. *Sunt totuși o optimistă* – aceasta era convingerea ei sinceră. Nu înțelegea că se juca cu ea însăși de-a șoarecele și pisica. Se măritase cu un om bun, căruia îi plăcea viața, și deodată, hop eșecul – soțul o înșela. A urmat divorțul, după care soțul, absolut sănătos, moare subit.

Femeii îi era dor de tatăl ei, își iubea soțul, dar sufletul ei știuse să-și câștige iubirea doar din muncă. Socotea că ia iertat pe toți, dar nu știuse să ierte. Frica *nimeni nu mă iubește*, care i se ascunsese în suflet, atrăgea ceva asemănător, dar ea își înăbușea spaima prin sudoarea muncii. Soțul o iubise, o admirase, numai că ea a aflat acest lucru abia la parastas. În afară de ea, soțul ei nu vedea pe nimeni – atât de mare era nevoia lui de iubire, dar nu știusecă să comunice. Soțul așteptase ca, măcar o dată, să se deschidă și ea și să-i dăruiască iubirea cu generozitate, fără nicio nuanță de obligație conjugală, dar ea nu înțelesese, fiind blocată de frică.

Soțul a început să caute iubirea în altă parte, dar și el avea frica *nimeni nu mă iubește* și nu și-a găsit niciun fel de satisfacții. Înțelesese că este vinovat și că nu-i vor fi iertate greșelile. Își imputa că i-a distrus ei iubirea și inima lui nu a mai rezistat. A părăsit lumea fizică, dar în suflet continua să stea alături de soția sa, fiindcă acum înțelesese totul. Sentimentul inexplicabil de vinovăție o făcea pe soție să se învinovățească și talia ei continua să se îngroașe, încerca să se autoconvingă că nu are nicio vină – el era acela care plecase la alta. Sufletul ei știa însă adevărul și nu-i dădea liniște. Acum a ajuns și spiritul la acest adevăr.

Femeia a înțeles totul corect și a încetat să-și mai nege stresurile. Picioarul a început să se înzdrăvenească. În două săptămâni șoldul stâng s-a îndreptat, durerile au dispărut. Țesutul osos a început să se întărească. Sănătatea i s-a normalizat. De acum, zi de zi, își simțea soțul alături. Îi ceruse iertare pentru tot. Era fericită. Relațiile ei cu soțul fuseseră efectul. Relațiile cu părinții și neînțelegerile dintre ei fuseseră cauza. A iertat cauza și

efectul a dispărut. Dacă și în continuare va căuta să-și corecteze gândurile, va continua și procesul de însănătoșire.

Repet încă o dată - noi înșine ne alegem părinții din cauza răului. Copilul care, în sufletul lui, își respectă părinții, chiar dacă au fost răi pentru el, va avea o viață bună și o sănătate bună. Respectul este energia iubirii. Dar, respectul și iubirea nu trebuie să fie oarbe.

Cu cât vă veți elibera mai mult de stresuri, cu atât mă veți înțelege mai bine.

Trei pași până la răutate

Stresurile acționează ca un sistem, provocând anumite boli. Toate bolile încep de la stresuri. Toate stresurile încep de la frica *nimeni nu mă iubește*.

Principalele stresuri sunt: sentimentul de vinovăție, frica și răutatea. Toate celelalte sunt variații sau combinații infinite ale stresurilor principale.

Similarul atrage similarul, această lege a naturii este baza creșterii stresurilor și transformării lor în boli:

A. Stresul care se află în mine începe

B. Să atragă *spre mine* stresuri asemănătoare, care

C. Țâșnesc *din mine* când devin prea multe.

Când se acumulează prea multe stresuri, un stres se va transforma în alt stres:

1. Sentimentul de vinovăție crește și devine frică.

2. Frica crește și devine răutate.

3. Răutatea îl distruge pe om.

În final, orice stres crește și devine răutate:

— Cine se simte vinovat, va fi el învinovățit de alții și va începe să se învinovățească el însuși - este deja o răutate;

— Cui îi este frică, va fi speriat de alții și va începe și el să sperie pe alții - este tot o răutate.

— Cine are o răutate, va fi scos din sărite de către alții; se va înfuria și va începe el însuși să urască - este deja răutate concentrată care se va transforma în a dori răul cuiva sau în răutate cu rea-intenție, în dușmănie distrugătoare.

A %

În cele enumerate mai sus se ascunde modul sistemic de acționare a stresurilor.

Vom reprezenta schematic acest lucru:

Frica -

 nu

mă ÎN SPRE DIN
iubește! MINE MINE MINE
nim
eni

SEN TIMENT DE VINOVĂȚI E	— Cin are M învinovățit	M. — aceia va fi
CĂ FRI	X r J Cel căruia îi este frică	T va fi →! speriat de alții
RĂU TATE.	Cei în care există răutate	I va fi întrăit] de ocătre alții i i i j

PrêtRE

În fiecare rând și în fiecare coloană, în matricele stresurilor domină bolile de un anumit tip:

1 Sentimentul de vinovăție provoacă boli de inimă și de plămâni.

2 Frica provoacă boli LA rinichi și suprarenale.

3 Răutatea provoacă boli de ficat care la rândul lor se

manifestă sub formă de boli de piele pentru ca răutatea să fie văzută și la suprafață și să-i arate omului că trebuie urgent să înceapă să se elibereze de răutate, altfel ea îl va distruge.

A Un sentiment de vinovăție mic, o frică mică, și o răutate mică provoacă devieri psihice.

B Când omul este învinovățit, speriat și înrăit de către alții, apar boli psihiatrice.

C Când omul acumulează în el o mare răutate contra altora și contra lui însuși, se dezvoltă boli care afectează țesuturile. Cu cât răutatea este mai puternică, cu atât bolile sunt mai grave:

- Boală cu secreții serios + purulente - de la un simplu guturai până la un focar de infecție și septicemie generală;

- Afectarea integrității țesuturilor moi - de la mici zgârieturi până la răni mari;

- Afectarea integrității oaselor - de la fisuri până la fracturi;

- Edeme diferențiate în funcție de localizare și de natura lor - de la tumori maligne la cancer;

- Boli infecțioase noi și puțin cunoscute cu final letal rapid - de la SIDA până la boli care încă nu au o denumire.

Calea cea mai scurtă de la frica *nimeni nu mă iubește* până la moarte merge pe diagonala matricei și este deschisă pentru bolile metabolice și imuno-deficitare.

Imunitatea este asigurată de tiroidă. Ea ar trebui să aibă dimensiunile unei palme. La adulții de azi ea este ca un rudiment, este cât vârful degetului mare și nu este capabilă să-și îndeplinească funcțiile. Această modificare este provocată de frica *nimeni nu mă iubește*.

La copii, tiroida este adesea atât de mărită încât în ea apar tumori. Copilul care a atras în el răutatea ascunsă a părinților și care, încă de mic, este încăpățânat, capricios, neascultător, autoritar, răuvoitor este amenințat de creșterea tumorală a tiroidei.

Dacă frica *nimeni nu mă iubește* crește și se transformă în înverșunare, cruzime și în răutate că *nimeni*

nu mă iubește, și dacă acest sentiment se transformă în obtuzitate și în indiferență față de toți și de sine însuși sau în dorința de a cuceri indiferent cum iubirea cuiva, iar blocajul este atât de mare, încât iubirea nu mai este recunoscută, sau dorința a devenit ireal de mare, a sosit timpul pentru SIDA. Acolo unde a început SIDA s-a terminat și nevoia de iubire spirituală. Când iubirea se transformă într-un obiect, oamenii încep să prețuiască averea. Apare astfel dominația materialismului extrem care îi satisface pe oameni până când spiritul se oprește din dezvoltare deoarece el se mișcă numai în virtutea iubirii. Indiferent cum este idolatrizată bogăția, doar în gând sau chiar în fapte, un lucru este clar: acest spirit nu mai are suficientă hrană pentru suflet – nu mai are iubire.

SIDA este un sindrom imunodeficientar.

Simbolic:

- Imunitatea este iubire sufletească.
- Sufletul este mama
- Sindromul este totalitatea caracteristicilor

SIDA este totalitatea simptomelor ce caracterizează absența iubirii materne.

Acolo unde locul mamei a fost luat de portofel, unde s-a înrădăcinat opinia că se poate obține orice cu bani, inclusiv iubire, acolo terenul este propice pentru apariția SIDA.

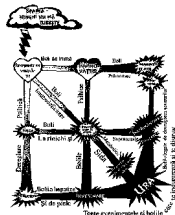
Un bolnav de SIDA poate să simtă cu amărăciune că îi lipsește acel ceva ce ar putea să-i dea forță vitală – iubirea maternă. Dacă va putea să-și ierte mama pentru greșelile ei, boala va trece. Este o muncă foarte grea pentru cei care venerează bogăția.

Un om pustiit sufletește caută iubirea. Numărul contactelor sexuale, în continuă creștere, devine un fel de chestiune de onoare, dar, din păcate, crește corespunzător și pustiirea sufletească. Hipersexualitatea este un semn de pustiire sufletească. În momentul critic ea face o întoarcere de 180 de grade și descoperă că sexul opus nu-i mai poate oferi liniștea sufletească și atunci se trece la homosexualitate, aceasta fiind doar o dulce amăgire.

Din ce în ce mai tare, sufletul imploră iubire, dar face totul pentru a merita frica *nimeni nu mă iubește* și din acest motiv frica nu se eliberează. Prea sunt materialiste reprezentările din lumea actuală a banului. Rămâne o singură posibilitate – să devii cunoscut, să ajungi celebru. Să fii venerat, să ai glorie, să fii admirat, să fii adorat... Se poate, dacă devii un star, sau dacă intri în cartea recordurilor, dar golul sufletesc tot nu va fi umplut.

SIDA apare acolo unde sunt negate valoarea familiei și importanța unor relații bune între părinți și copii, ca bază a existenței fizice actuale. SIDA este boala lipsei de iubire, senzației de gol sufletesc total. Acțiuni zgomotoase de fațadă, opere de binefacere în ajutorul tovarășilor de suferință, bravadă demonstrativă și tonică pentru unii – toate sunt de ochii lumii.

Transformarea principalelor stresuri în BOALĂ fizică



Fie ea familia cum o fi, dar existența ei poate să îndrepte răul. Când nu mai există familie, când nu mai există părinți pe care să-i poți considera ai tăi sau atunci când nu mai ai în suflet chipurile lor sau când părinții sunt niște străini indiferenți, când copilul rămâne singur pe lume, fără să aibă măcar o amintire despre părinții lui sau o moviliță de pământ la care să se ducă să le cinstească cu sfințenie memoria, atunci salvarea poate fi SIDA, să-i ducă acolo unde vor fi iubiți.

Bucuria de a recunoaște răutatea

Adevărata valoare a omului constă în înțelepciunea spiritului său. Înțelepciunea vine prin spini.

Micile înțelepciuni ale unui om mic vin prin cunoașterea unor greutăți fizice.

Marile înțelepciuni ale unui om mare vin prin cunoașterea greutăților spirituale.

Devine din ce în ce mai înțelept cel ce învață să învingă greutățile fizice prin eforturi spirituale. Cel mai înțelept este acela care învață să transforme materia cu ajutorul gândului. Cu cât o face mai rapid, cu atât este mai capabil, ca elev.

Viața omului trebuie să evolueze de la simplu la complex și această mișcare nu se va opri niciodată. Omenirea de azi, noi toți, îi complicăm dezvoltarea, deoarece am dat uitării legile naturii. Ne închipuim că dacă spunem că negrul e alb, totul va fi în ordine.

Nu știm că orice rău mic este o forță care pune în mișcare și, invers, că un rău mare este ucigător. Nu știm să înțelegem logic că un bine mic ne face să ne agităm pentru a realiza un bine mare, în timp ce acest mare bine, căzut pe capul nostru fără să-l merităm, ne îngroapă și ne ucide prin binele său. Nu știm, ori considerăm că nu este nevoie, să ne echilibrăm viața sufletească, fiindcă nu știm că spiritul se mișcă prin forța ce i-o dă sufletul. În schimb, știm să ne amăgim prin diverse mijloace.

Încă o dată despre principalele stresuri.

Nu ne jenăm să ne recunoaștem sentimentul de vinovăție. În subconștient, acest sentiment naște simțul datoriei. Simțul datoriei duce lumea înainte. Fără el, nu ar mai fi mișcare în viitor. Dar, dacă sentimentul de vinovăție depășește limita, apare frica din cauza căreia mișcarea devine anormal de tensionată. O frică moderată îl face pe om să alerge pentru a-și realiza scopurile, în timp ce frica dincolo de limită îl face să o ia la goană sau să o ia pe alt drum. În final apare răutatea.

Alergăm, deoarece *altfel nu reușim să facem pentru alții atâta bine cât ar trebui*. Așa se spune, și nu ne jenăm să spunem și noi la fel, întrucât faptele bune ne fac cinste. Reușim tot mai puțin să ascundem frica devenită răutate, fiindcă vrem să arătăm că suntem persoane educate. Cu cât omul este mai sincer, cu atât este mai dispus să recunoască faptul că tot ce face pentru ceilalți, face, de fapt, pentru el.

Cu cât omul este mai intelectual, cu atât mai mult se

teme să-și arate răutatea. Cu cât societatea este mai civilizată, cu atât sunt mai mulți cei care își ascund în ei răutatea, se prefac că nu văd jocurile urâte și, din cauza aparentei lor superficialități, se distrug pe ei, își distrug copiii, distrug omenirea. Strigătul sufletului care imploră iubire nu se mai aude din cauza banilor. Credința în puterea banului îl omoară, încetul cu încetul, puțin câte puțin, pe fericitul ale cărui nevoi se limitează numai la cele fizice și la fericirea proprie.

SIDA încearcă să-i deschidă omului ochii asupra integrității lumii. Evoluția relativ lentă a acestei boli îi spune: *„Încă mai ai destul timp să-ți îndrepti greșelile. Frica și răutatea ta că nimeni nu te iubește, că iubirea nu are o valoare specială se află în tine. Ele sunt în stare latentă și se vor trezi. N-ai știut niciodată să iubești cu sufletul, acum e timpul să înveți s-o faci. Corpul tău piere fiindcă nu e iubire sufletească”*.

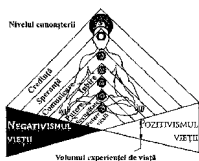
În felul acesta încearcă boala să-l ajute pe cel bolnav. Va veni, probabil, și vremea când îl va învăța să pună familia la loc de cinste.

Nivelul la care se află noțiunile și reprezentările omului determină mărimea experienței lui de viață. Omul poate să-și ridice el însuși acest nivel.

Copilul învață mai întâi să meargă, apoi să vorbească și abia pe urmă să gândească. Dezvoltarea începe de la chakra întâia, în linie ascendentă. În plan simbolic, nivelurile de dezvoltare ale omenirii sunt aceleași. Un om se dezvoltă, în principal, până la nivelul chakrei întâi, altul – mai sus, altul – și mai sus ș.a.**m.d.**

Răul și binele oferit de viață este perceput de către fiecare om în funcție de nivelul lui de dezvoltare. Unul va rămâne infantil toată viața, altul este bătrân și rațional încă de la naștere. Modul lor de a percepe lumea este diferit.

Nivelul cunoașterii și volumul experienței de viață



Sufletul copilului se uită la picioare și vrea ca drumul să-i fie neted. El pretinde, răspunde, și dacă nu obține ce dorește, începe să bată din picior și să ridice pumnul.

Unul care s-a îndopat la școală cu mari filozofeli, face el însuși, dar pretinde mult mai mult de la ceilalți, pentru că, după părerea lui, are dreptul să pretindă – doar el știe cum și ce trebuie făcut.

Cel care a câștigat înțelepciune prin experiența lui de viață, își croiește el însuși calea pentru un drum lung. Așa îi va fi mai ușor să meargă. Capacitatea de a raționa demonstrează creșterea în lățime și în adâncime a posibilităților lui. Pentru un om spiritualizat, ponderea nivelului fizic devine din ce în ce mai mică. Pe de altă parte, nu poate fi ignorat nici corpul și nici minimalizată importanța lui. Corpul are nevoie să se dezvolte, să se întărească, să se antreneze, are nevoie de agilitate și de rezistență. Doar în felul acesta îi arătăm corpului că îl iubim. Celui care nu știe acest lucru, îi va și apărea o piedică în cale și va cădea. Prin aceasta, nivelul fizic îți aduce aminte că el există și îți arată cât de important este să înțelegi întregul.

Dacă un deștept îl înțelege pe un prost, înseamnă că este deștept. Prostu, însă, nu poate să-l înțeleagă pe un deștept și de aceea este nevoie ca, mai întâi, să se deștepte el. Omul modern face totul ca să capete înțelepciune pe căi cât mai complicate. Și, deși în final ajunge la o mare înțelepciune, a pierdut prea mult timp și prea multe vieți pentru asta. Acum, viața ne gonește din urmă, prea am irosit-o în zadar.

Cel care se teme să pară rău, este rău.

Și-a ascuns prea mult răul, se teme să-l arate altora și se teme să recunoască că are răul în el. Modul de raportare al unui om față de ceilalți este diametral opus modului lui de raportare față de propria negativitate. Cine

vede paiul din ochii altuia, nu vede bârna din ochii lui.

Răutatea proprie este cea care atrage răutatea celorlalți. Cine își stabilește poziția în raport cu răutatea altuia, de fapt, își stabilește poziția în raport cu el însuși.

Se pot deosebi șapte niveluri de răutate proprie (și frică) corespunzător cărora avem șapte moduri diferite de raportare la ele și șapte moduri de comportare față de ele.

Un om care nu ascunde că este rău, își recunoaște răutatea și îi este ușor să scape de ea. Unul care văzut din așa că pare echilibrat, nu înțelege de ce trebuie să se schimbe, că doar este și așa echilibrat. Cel care își ascunde răutatea se revoltă – chipurile, el este un om *bun*, care nu face rău nimănui. El are nevoie ca răutatea lui să crească mare ca, prin ea, să învețe o lecție mare.

Nivelul de răutate			Atitudine a față de răutatea respectivă	Mod de comportare în raport cu această răutate.
1.	Răutate fizică activă	Răutate care nu este ascunsă	Trebuie să te distrug!	Fac eu ordine cu pumnii.
2.	Răutate fizică pasivă		Trebuie să te disprețuiesc!	O să te insult sau o să-ți spun ce cred despre tine.
3.	Răutate dominatoare		Trebuie să te forțez să fii ca alții!	O să te sperii și în felul acesta o să te pun la colț.
4.	Răutate reținută	Răutate echilibrată	Nu iubesc!	N-am nevoie de iubirea ta.
5.	Răutate respinsă	Răutate ascunsă	Nu discut cu tine!	Nu stau de vorbă cu tine ca să vezi că sunt mai bun (a) decât tine.

6.	Răuta te care dormitează	Nu mă gândesc la tine!	Nu vreau să gândesc la latine, vreau linişte.
7.	Răuta te adormită	Nu există pentru mine!	Pentru mine nu există rău, eu obţin totdeauna ce vreau.

Treziți răutatea adormită din dumneavoastră și veți vedea că, pe neobservate, ea își va aduna forțele și când se va trezi s-ar putea să constatați că ceva v-a scăpat iremediabil! Negarea răutății înseamnă să spui că răutatea nu există. Dar, răutatea a venit să vă învețe ceva și nu se va potoli până nu vă va da o lecție, indiferent cât de mult ați nega-o. Nefericirea celui care neagă constă în faptul că nu înțelege ce neagă, fie că e naiv ca un copil, fie că își menține, conștient, părerea. Cel care neagă va fi nevoit să sufere, deși, după părerea lui, tot ce face este corect. E mai bine să recunoașteți că ce vedeți la altul există obligatoriu și în dumneavoastră. Căutați-l și eliberați-vă de el.

Negativiștii mă fac să zâmbesc. Prin discursurile lor contradictorii ei simt nevoia să-și argumenteze propriul lor adevăr. Fără să mediteze la sensul vorbelor mele, negativistul mă mitraliază cu ceva de genul acesta: „*Nu, nu insist cu adevărul meu, și totuși eu am dreptate*”. Când încerc să-l fac să gândească, se simte jignit, devine irascibil, se supără. Dar neagă și acest lucru. De aceea, cam desigur le spun: „*E ușor să ai de-a face cu oameni răi, cu cei buni este o adevărată bătaie de cap*”.

Dorința de a te opune răutății îl distruge pe om. Învățați să lăsați răutatea să treacă prin dumneavoastră, dar să nu se lipească. Când sesizați care este locul prin care trece – acolo aveți cele mai mari probleme. Dacă, la început, nu reușiți sau vă este greu să sesizați, sau în acel loc a apărut răul pe care l-ați simțit, eliberați-vă de frică și continuați să lucrați cu imaginația. Dibăcia de a lăsa

răutatea să curgă prin tine astfel încât să-ți fie bine, constituie un ajutor neprețuit pe care ți-l acorzi tu însuși.

Exemple din viață

Pentru ca să înțelegi cum o generație după alta își transmite caracteristicile următoarei generații, vă voi da un exemplu mai amplu care vă oferă hrană pentru a medita. Mulțumesc mult acelei doamne care a fost de acord să-și facă publică viața pentru a ajuta pe alții – de dragul învățaturii. Nu i-a fost ușor. „*Ca cel puțin alții să învețe din prostia mea*”, îmi spunea ea, încercând să nu plângă. Un astfel de om se va vindeca, fără discuție, de orice boală. Această doamnă era un luptător, un om puternic prin părțile lui bune și prin cele rele. Ajunsese cu greu la înțelepciunea de a ierta, fiind însă tenace, a învățat.

Fiul doamnei a venit la mine să se vindece de alcoolism. Mama lui (această doamnă) se afla într-o criză. Era într-o perioadă de căutări spirituale, mergea drept la țintă, deși i se puneau bețe în roate. Această doamnă – mama fiului – ura bărbății, dar în același timp flămânzea după dragostea unui bărbat. Dragostea și ura coexistă în orice om, dar atunci când ura crește peste măsură, ea distruge dragostea. Viața omului este grea și extenuantă tocmai pentru ca valorile obținute să fie prețuite mai mult. Omul este dator să-și păzească conștient iubirea și să o crească.

Doamna nu mă contrazicea, dar nici nu voia să ierte. Nedreptatea pe care i-o făcuseră fiul ei și soțul părea a fi mult prea mare. Am simțit pericolul ce se apropia, am avertizat-o, dar ea nu m-a înțeles.

Au trecut trei săptămâni. Doamna s-a trezit cu o boală foarte gravă – glaucom. Avusese ocazia să vadă multă mizerie în viața ei, încât ochiul a hotărât să o ajute să nu mai vadă, pentru că ea nu știa să o facă în alt mod, mai deștept. Acum a recunoscut că are în ea o răutate contra sexului masculin.

Omul trăiește pentru el. Doamna aceasta nu era de acord cu mine – ea trăiește pentru copii. Așa spun toate și,

dacă încerci să le demonstrezi contrariul, se supără. Acum și-a adus aminte de vorbele mele, pe care înainte nu voia să le înțeleagă. Eu spuseseam adevărul. Omul face bine altuia, fiindcă așa este mai bine pentru el.

Părinții doamnei:

Tatăl doamnei își alesese o cale relativ luminoasă, dar nu însorită. Drumul era, în sine, înșelător, vremea de afară râdea cu ironie. Bărbatul ba ar fi vrut, ba n-ar fi vrut să meargă pe această cale. Avea în el o răutate zeflemitoare. N-a iertat niciodată nimic și pe nimeni. Nu era conștient că, luând totul în zeflema, era în permanență agresiv și vedea peste tot numai pericole. Tensiunea creată de această stare a lui de autoapărare îl împiedica să-și urmeze calea. Nu știa că un spirit care nu se mișcă, piere. Ar fi vrut ca în același timp să și meargă înainte să se și întoarcă, fiindcă nu știa de unde ar putea să vină lovitura. Văzând în toate numai rău, nu observa că prin asta atrage răul. Un astfel de bărbat nu poate să nu atragă ura. Are nevoie să fie urât. Provoacă violență, ca apoi să lupte contra ei. Era un om cu o atitudine extrem de negativă față de orice.

Mama doamnei mergea pe drumul ei, dar nu-și scăpa soțul din ochi. În aparență era o femeie curajoasă și puternică, dar în sufletul ei se aștepta ca soțul să-i facă o ticăloșenie. Știa că nu este pregătită să facă față la așa ceva. Fusesse nevoită să trăiască tot timpul în tensiune, era obosită și se umilea și, totuși, au mers mai departe și au început să se urască din ce în ce mai mult, pentru că, nu-i așa? el nu suporta femeile timide și supuse.

Copilul lor, adică doamna însăși. Mergea pe acest drum ca un om decepționat, care nu mai are nicio speranță și care vede că nu se poate bizui pe niciunul dintre părinți. Mama ar fi fost mai pe placul ei, dar nu-i plăcea că e moale. Ar fi vrut ca ea să înfrângă cerbicia soțului ei, ar fi vrut ca ea să lichideze răul. Nu înțelegea că în felul acesta răul ar fi fost și mai mare. Îl disprețuia pe tatăl ei. Mergea în viață disprețuind și urând bărbații.

Părinții tatălui doamnei, ai acestui om extrem de

negativ (bunicii pe linie paternă)

Bunicul pe linie paternă mergea pe o cale luminoasă, dar era foarte moale și nu avea demnitate. Acest bărbat meșterea toată ziua, voia să simtă bucuria lucrului ieșit din mâna lui. Îi plăcea ca soția să-l împingă de la spate, să-l oblige să facă ceva. Nu putea să fie independent, să meargă pe drumul lui.

Bunica pe linie paternă, soția lui, era o femeie ambițioasă, ahtiată după onoruri. Cerea să fie aprobată și respectată de către ceilalți. Nu înțelegea că dorința ei de a ieși în evidență se datora nerealizării personalității ei. Nu era un om rău, dar o înrăiseră visele ei neîmplinite.

Copilul lor, tatăl doamnei, știa că în viață trebuie să conducă bărbatul, nu femeia. A apărut în el repulsia față de femeia care își mână de la spate bărbatul și în același timp un fel de ură față de bărbații moi din fire. Știa că nu va deveni niciodată un astfel de bărbat. Disprețul lui a crescut și s-a transformat în ostilitate față de cei care stau la locul lor. El a devenit exact opusul tatălui său, întrucât tatăl său era un bărbat cu o structură sufletească extrem de moale.

Părinții soției acestui bărbat extrem de negativ (bunicii pe linie maternă)

Bunicul pe linie maternă era un om foarte calm și liniștit: *totul se rezolvă*. Lăsa viața să curgă și ea curgea și totul se aranja parcă de la sine. Se culca fără să știe ce e aia tristețe și viața se aranja de la sine. Și dacă nu ieșea nimic, nu era nicio nenorocire. Înainta pe calea vieții ca într-o poveste feerică. Era cam leneș, îi plăcea comoditatea, dar nu era un om neglijent. Când se apuca de un lucru, îl făcea cu grijă. Avea un dar deosebit: îi plăcea să mediteze. Când se culca, dormea și nu dormea – medita. În asta consta știința lui deosebită de a trăi. Cerul și pământul erau pentru el vin întreg unitar. Simțea viața în toată plinătatea ei, gândea totul până la cele mai mici finețuri și nu făcea niciodată mișcări în plus.

Soția lui, bunica pe linie maternă era o femeie care nu stătea locului, dar era neajutorată. Din tot ce plănuia nu

ieșea nimic. I se părea că dacă soțul ei ar fi fost un alergător mai sprinten, totul s-ar fi aranjat. Era ca o babă-cloanță cu toiagul în mână, care umblă de colo-colo, ocărăște și dă ordine, dar care nu vede că din alergătura ei nu iese nimic. Părea o femeie rea, dar era binevoitoare ca fire și ocările ei nu-l afectau deloc pe soț. Așa știa ea să arate satului că are grijă de viața familiei ei.

Copilul lor, mama doamnei se înrăise văzând această viață. Văzuse că toiagul mamei ei nu speria pe nimeni. Văzuse pozitivitatea tatălui ei. Viața părinților ei i se părea un spectacol fals, plăsmuit pentru alții. Ea avea nevoie de sinceritate totală, ceea ce era corect și de înțeles.

Acestea au fost niște schițe de portret din genealogia doamnei. Mai avem acum spiritul fiului ei, sau tatăl lui (soțul doamnei), sufletul fiului, sau doamna însăși și el, fiul, cu atracția lui pentru alcool.

Soțul doamnei - tatăl băiatului - alesese pentru copilul lui o cale poleită cu aur, orbitoare, pe care însă el însuși a vrut să o părăsească. Simțea că este un om prea de rând ca să poată să apuce pe acest drum - omul este înclinat să se subaprecieze. Ar fi vrut să facă viața foarte bună. Mergea pe marginea drumului, nu pentru că îi era rușine de el însuși, ci pentru ca să nu-l stânjenească pe fiul lui. Acest om își simțea într-adevăr negativitatea și nu voia ca ea să-i influențeze și pe alții. Ținuturile prin care trecea drumul lui erau și ele de rând, cu oameni de jos. Era înconjurat de negativitate, dar pe-a lui nu și-o lăsase pe drum. Era un om capabil de luptă, un om care curățase drumul vieții pentru copilul lui.

Soția lui, mama băiatului, sau personajul principal al acestui exemplu, era orbită de lumina strălucitoare ce venea de la omul care mergea înaintea ei, de la soțul ei, dar simțea o nemulțumire. În sufletul ei era ascunsă dușmănia față de tatăl său și acum, na și soarele acesta orbitor! Din această cauză nici nu putea să facă lucrul pentru care venise pe lume - o împiedica pozitivitatea soțului ei. Ea apăruse ca să se răzbune, dar nu mai putea să vadă bine și ar fi vrut să se răzbune chiar și pe asta. fu

înțelegea răul și binele. Nu știa să vadă ce e în fața ei pe drum, vedea ce este alături de drum, adică faptele soțului. Nu înțelegea nici măcar împotriva cui luptă. Acesta era spiritul inflexibil al tatălui ei.

Fiul, copilul lor, ar fi vrut ca tot ce este pe lume să fie atât de mare, încât el să poată să stea cu picioarele pe pământ și cu capul în nori: să fie înalt și să vadă totul ca o salcie unduitoare care își apleacă crengile la pământ. Ar fi vrut ca de sus, dinspre soare, să se aplece și să-i privească în față pe acești doi oameni. Din păcate, omului nu îi este dat să fie atât de înalt, ca să vadă viața de sus. Băiatul nu crede ce vede în spate. Nu vrea să creadă în răul părinților lui și cu toate acestea vede că relațiile dintre părinți sunt inexplicabil de incorecte. Între ei se adună nori grei de furtună. În sufletul lui sentimentele sunt amestecate și îl apasă.

În fine, bunicii fiului pe linie paternă care și-au ales calea aurită.

Bunica după tată este o femeie care deplânge pierderea soțului ei și nu vede în fiul ei un bărbat capabil să o ferească de necazuri. Viața ei înseamnă jelirea soțului dus și nu bagă de seamă că fiul ei așteaptă ca ea să-l accepte ca sprijin. Fiul are senzația că femeile nu îl înțeleg și că el ar trebui să le demonstreze ceva care să contrasteze, ceva ce să le sară în ochi, ca în felul acesta să fie remarcat de către mama lui. Aspirase în el esența idealizatoare, aurie a tatălui său și greutatea vieții acestuia, ca niște cripte sumbre, negre, de pe marginea drumului. Și iată că acum vine, în auriu și negru, să câștige atenția femeilor, dar, fiindcă nu avea învățătură de la tatăl lui fizic, se teme și nu știe să se poarte cu ele. Știe să comunice doar cu bărbații. Și așa s-a și întâmplat - soția lui nu l-a înțeles nici până în ziua de azi.

Bunicul după mamă este soțul care a murit de timpuriu.

Dacă ați citit cu atenție, ați văzut cum oamenii atrag asupra lor lecțiile de viață și cum, în loc să le învețe repede și cu cap, încep să și le însușească prin suferințe,

acumulând stresuri. Dacă ne cunoaștem genealogia, ne putem ajuta în multe privințe. Pentru cine nu și-o cunoaște, este mai greu.

Citind cele de mai sus, o să-mi ripostați că, în condițiile acestea, toți copiii dintr-o familie ar trebui să fie la fel.

Fiecare copil vine din viața lui anterioară în care a căpătat o experiență de viață total diferită. Vine la paiinții actuali să învețe ce are nevoie. Părinții însă nu au numai acele trăsături de caracter prin care copilul ar fi vrut să învețe anterior. Și nici copiii nu se nasc simultan.

Ca să vă fie mai clar, mă voi opri la esența spiritului fiicei acestei doamne care și-a ales calea aurită a bărbatului și la esența sufletului ei – mama ei.

Fiica – copilul – vede un tablou idealizat, cu un bărbat de aur, soțul doamnei, care pleacă. Ea vede același lucru ca fratele ei. Ea urmărește cu spaimă (spaima crește din ce în ce mai mult) și cu tristețe cum pleacă tatăl ei. În situația creată, ea începe să facă istericale, să distrugă, gata-gata să se schilodească, dar n-avea cum să se târască până la el și să nu-l lase să plece. Vede că singura persoană care ar putea să-l rețină este mama ei, dar mama stă ca o statuie, cu un chip indiferent. Copilul nu este în stare să înțeleagă. Copilul – fiica – știe că dacă bărbatul va dispărea de la orizont, pământul de sub statuie se va prăbuși. Frica nebună de a-și pierde tatăl – bărbatul – crește și se transformă în groaza de a-și pierde și mama. Fiica va crește și va deveni o isterică, din ce în ce mai rea, care se străduiește, în acest mod, să îndrepte situația. Nu înțelege că, fiindu-i atât de frică, face să se apropie dezmembrarea familiei. Intrată în panică din răutate, ea nu vede că distruge totul, chiar pe propriii copii, deoarece groaza de a rămâne fără bărbat a depășit limitele ei de înțelegere.

Și totuși familia fiicei s-a destrămat pe neașteptate, și cu mare scandal.

Femeile nu știu că bărbații se simt umiliți și se enervează când sunt nevoiți să cerșească un pic de iubire.

Amărăciunea bărbatului se transformă în răutate, care se transmite de la o generație la alta, de la tată la fiu. Cu un astfel de soț viața nu este prea dulce – și pe bună dreptate – deoarece pe femeie au format-o fandoselile și spaimile mamei ei sau bunicii ei.

Dacă fiecare, atât femeia, cât și bărbatul, s-ar elibera de stresuri, tortura reciprocă ar înceta. Dacă soțul și soția și-ar găsi timp să se privească în ochi și s-o facă astfel încât să simtă în clipa aceea că sunt sinceri, să simtă cum sufletul li se umple de căldura înțelegerii, ar înțelege că o căsătorie nu înseamnă a pretinde, ci a da, iar cel care dă va fi fericit. Și dacă, din când în când, gândurile și sentimentele lor ar mai fi întărite și prin cuvinte, familia ar fi solidă. Atunci n-ar mai fi nevoie să-și spună unul altuia: *„Dovedește-mi și atunci o să te cred”*.

În acest maraton, când lucrurile din plan sufletesc sunt demonstrate materialicește, omenirea a și ajuns pe marginea prăpastiei. Mai există două posibilități: cine este sus, merge spre spiritualitate, cine este în prăpastie – merge spre pieire. Cel care caută în el greșeala, va înțelege comportarea celuilalt și în familie se va reinstaura pacea. Și sufletul copiilor va rămâne și el sănătos.

Doamna din exemplul nostru a avut de îndurat destule încercări: fiul ei – alcoolicul, care, trecând peste defectul lui, era un om bun și părea iubitor, a început acum să-și învinovățească mama. Deși știa despre ce e vorba, celulele creierului lui erau distruse de alcool și nu mai erau capabile să se refacă într-un timp atât de scurt. Comportamentul fiului, îi provocase ei o depresie. Aroganța ei de altă dată îi distrugea acum spiritul printr-o cu totul altă lecție. În felul acesta te pedepsește viața. Această lovitură prin ripostă i-a învățat pe amândoi, și nu va fi ultima.

Neștiința de a ne imagina altfel corpul nostru ne face să purtăm în noi greutatea stresurilor. Când ne eliberăm de stres, corpul devine mai ușor, el se înalță, apare bucuria deschiderii. Abia atunci omul va înțelege ce am încercat eu să-i explic și nu va mai refuza să ierte.

Multă lume se miră de ce corpul lor cântărește atât de mult, în timp ce alții, de aceeași statură și care poartă același număr la îmbrăcăminte, se simt mult mai ușori. Și de ce la ei bolile durează atât de mult și sunt atât de grele? Dacă am lua de exemplu gripa: la unii apar complicații, la alții trece într-o săptămână.

Cu cât frica *nimeni nu mă iubește* este mai mare, cu atât în omul respectiv se acumulează tot felul de stresuri posibile, pe care el le ascunde și nu se hotărăște să-și privească viața în față. Fiind un om bun, îți spui: „*Altor le e și mai greu*”. Te uiți, și pentru o vreme inima ți se liniștește. Este o autoamăgire care roade ca un vierme.

Unii spun: „*Știu că așa trebuie să fie. Totuși, nu-mi pot permite orice. Vreți să spuneți că e rău? Dar eu sunt absolut liniștit. M-am lămurit*”.

Nu, nu e rău, rău e ce se ascunde în spatele cuvintelor, altfel nu ați fi acum bolnav. Trebuie să vă recunoașteți adevăratele gânduri și adevăratele aspirații și nu să faceți din negru alb.

Un astfel de om (și sunt mulți ca el) acumulează în el stresuri, le neagă prezența și caută o justificare rațională, ca să se liniștească. El vrea să fie bun – reținut* politicos, nepretențios, dar faptele lui arată că nu are sufletul ușor, că nu se bucură, că nu este mulțumit. Este doar renunțare și obligație. El este omul normal al timpurilor noastre. Îl văd cât e de încăpățânat, când încerc să-i explic că are multe stresuri de care trebuie să scape.

Omul nici nu-și poate. Închipui câte stresuri pot să încapă în el. Dacă cineva ar ști să le spună numărul, ar fi extraordinar! El are însă convingerea fermă că – *nu am aceste stresuri sau nu le mai am*.

Fiecare om încearcă în felul lui să-și liniștească sufletul, dar nu știe să se elibereze de stresuri. Se compară cu unul care este urât, bogat și rău, dar nu se compară cu unul care este sărac și care este și mai rău. Primului îi este teamă că se va ruina, dacă nu va investi în continuare, și această teamă crește și devine răutate. Al doilea se înfurie că cei bogați nu împart bogăția cu el. Să le moară și lor

capra. Răutatea acestuia așteaptă să fie eliberată. Pândește și adună forțe.

Omul acesta și-a însușit unilateral adevărul că:

— Banul este rădăcina răului;

— Bogăția este un lucru cumplit care, mai devreme sau mai târziu, îl va nenoroci pe cel care o are;

— A fi cineva e tot rău, suferi în sufletul tău fie și pentru că nu ai reușit să te afirmi, și asta îți toacă nervii și îți trezește frica *nimeni nu mă iubește*.

Și-a ales în viață calea de mijloc, ca să nu fie un om rău. Nu poate să devină conștient că acest lucru se întâmplă din cauza fricii *nimeni nu mă iubește*. Dar, cel care nu are, poate să fie iubit și de bogați și de săraci. Îi este rușine să aibă acest stres și atunci zice: „*Nu cred că este așa!*”

Dragul meu, boala din partea inferioară a corpului tău îmi spune că e pe dos. Poți să nu te mai gândești deloc, dar stresurile vor continua să-și facă treaba. Totuși, omul are creier ca să mai și gândească. Orice stres care s-a acumulat la maximum, provoacă în final răutate, oricât ne-am ascunde și oricât am nega. Chiar dacă vrei, nu te poți amăgi.

Dacă frica atrage răul, răutatea distruge.

Distruge, indiferent cum și indiferent în ce parte a corpului – fie că este o rană care s-a cicatrizat urât, secreții purulente (tuse, guturai, furuncul), fracturi la oase, decalcifieri, reumatism, ruperi de vase de sânge (sângerări pe suprafața corpului sau hemoragii interne, congestii cerebrale, infarct), fie că e cancer. Variații sunt multe, principiul este unul singur – răutatea distruge.

Un bărbat de 45 ani se plângea că are dureri și că i s-au anchilozat articulațiile mâinii drepte, la încheietura cotului. Își pusese comprese, se unsese cu diverse, durerea nu-i trecea, ba dimpotrivă, se intensifica. Explicația pe care și-o dădea el era că la serviciu făcea lucrări de construcție mai complicate care implicau eforturi fizice pentru strângerea buloanelor. Dacă ar fi fost așa, suprasolicitarea mușchilor și a tendoanelor ar fi trecut

într-o săptămână.

Dau eu explicația: mâna + partea dreaptă a corpului = frica *nimeni nu mă iubește* legată de sexul feminin, care te obligă să muncești mai mult, ca să meriți iubirea. Mâna lui s-a împotrivit unei astfel de munci. Ea ar fi lucrat mai cu plăcere, dacă bărbatul s-ar fi eliberat de stres, dar el s-a încapătânat - *dacă nu mă plâng de stresul acesta, înseamnă că el nu există*-N-am de gând să intru într-o polemică. Nu vrea, să fie sănătos! Orice om are dreptul să fie sănătos sau bolnav, numai că cel bolnav ar trebui să știe că el iradiază o energie negativă spre cei din jurul său și, în primul rând, spre familia lui. Mai devreme sau mai târziu, acest lucru va duce la conflicte familiale. De echilibrul din familie depinde sănătatea sistemului osos al copiilor, așa că ar fi mai bine să înceapă să gândească.

Bazinul bărbatului era mai lăsat în stânga și spre spate. Nici nu-și putea imagina că disconfortul la genunchi, pe care îl simțise încă din copilărie, s-ar fi putut trage și de aici. În casa lor era stăpână mama, tatăl era dominat de ea și stătea în umbra ei. Nu progresau, dorințele lor, atât ale mamei, cât și ale tatălui, erau mai mari decât posibilitățile pe care le aveau. Frica tatălui *nimeni nu mă iubește* creștea și, ajuns un om în vârstă, îi uimea pe toți, și pe el însuși, cu accesele lui de furie și de răutate. Fiul era revoltat în sinea lui, dar de frica *nimeni nu mă iubește* nu deschidea gura. Suferise toată viața în tăcere. Lecția aceasta nu-l învățase nimic, îndârjirea față de mama sa (față de sexul feminin) creștea, el continua să facă în așa fel încât să merite iubirea și astfel se ajunsese la situația când corpul lui refuza să se mai lase constrâns. Că orice constrângere este o răutate, asta nu știa.

Revolta este o răutate, chiar dacă nu este exprimată prin cuvinte sau fapte.

Corpul lui avea nevoie ca el să-și ierte răutatea și îndârjirea provocate de dominația femeilor. Avea nevoie să ierte hegemonia femeilor și să-și ierte frica lui că *nimeni nu mă iubește*. Reacția bărbatului nu s-a lăsat așteptată: „Ce rost are, dacă de fiecare dată când vin la mama, se

întâmplă câte ceva. De fiecare dată ceva nu este în ordine sau ceva s-a stricat! De fiecare dată EU trebuie să repar. Și tot așa, și tot așa..." Nu considera că exagerează.

Frica *oricum va fi nevoie să facă ceva contra voinței lui* creează situații în care ceilalți chiar îl fac să-i fie frică. Să ne reamintim – osatura este tata, bazinul este familia. Scheletul corpului uman este cel mai simplu sistem de pârghii.

O pârghie echilibrată funcționează ca mecanismul unui ceas; de regulă, chiar la o încordare foarte puternică mușchii nu trebuie să doară. Dar, atunci când bazinul este strâmb, coloana vertebrală nu mai poate sta dreaptă – fie se deformează, fie se încordează ca un arc și dezechilibrează și omoplații. La rândul său, aceștia afectează funcțiile motorii ale brațelor. Mușchii și tendoanele nu pot rezista mult timp într-o stare de suprasolicitare neechilibrată. Dacă osatura nu este readusă în echilibru, acestea nu se pot reface în totalitate.

De regulă, un bărbat își alege o soție care să semene cu mama lui. Nici el nu era o excepție. Chiar dacă soția nu este așa, oricum părerea bărbatului este deja formată. Bărbatului acestuia, care, în sfârșit, la 45 de ani reușise să se strecoare printre treburile mamei și să se ocupe și de treburile lui, ca să merite iubirea soției, îi era frică acum că mama lui va pretinde și mai mult de la el. Cum ai da-o, nu mai avea nici forțe, nici timp. Oricum n-o să țină nimeni cont de el.

Așa s-a și întâmplat – dacă ar fi fost altfel, ar fi fost contra legilor naturii. Principala lui unealtă de lucru – mâna – n-a mai vrut să meargă. I-a sărit în ajutor corpul pentru ca el să se poată justifica: *„mă doare mâna, nu pot să fac ce-mi ceri!”*

Bărbatul era un om bun, harnic, dar, cu toate strădaniile lui, rezultatul nu era cel așteptat. Simțindu-se vinovat, îi era tot timpul frică de faptul că *toți sunt nemidțumiți* și începuse chiar el să fie nemulțumit de el însuși și de ceilalți. Spaima că o să i se ceară, că s-ar putea schilodi, că n-o să reușească atrăgea exact lucrurile de

care îi era frică. Nu știa acea lege a naturii care spune că similarul atrage similarul. Enervarea, regretul și mânia îi amplificau depresia.

În ficat se concentrează răutatea și furia. Icterul apărut în copilărie din frica față de răutate începea să dea semne, dar el își explica această indispoziție prin faptul că nu mănâncă ce trebuie, deși nu putea să nu admită că, atunci când se enervează mai mult decât ar fi cazul, începea să-l zgândărească ficatul. Încăpățânarea, caracteristică pentru estonieni, nu i-a permis să-și dea seama de la bun început care este esența bolii lui.

Încăpățânarea acționează asupra gâtului. La un om încăpățânat, zona cervicală a coloanei vertebrale iese din echilibru, lezează nervii, iar din cauza durerii gâtul devine imobil. Că i se spune radiculită cervicală sau nevralgie - care este diferența? Cauza acestei suferințe o constituie frica *nimeni nu mă iubește + răutatea că nu sunt iubit* (adică nu sunt înțeles, nimeni nu are grijă de mine, toți mă șicanează, etc.), ceea ce-l face pe cel încăpățânat să se încovoie.



e o p

MAMA SUFLET țesuturi moi sufletul casei
sentimente / iubire [

Familie echilibrată Bazin echilibrat Schelet echilibrat
Spirit și suflet echilibrate OM ECHILIBRAT

I

L



TATA SPIRIT țesutul osos structura de rezistență a
casei inteligență forță

Sentimentul de vinovăție a crescut și a provocat *răutatea*, care a continuat să se acumuleze, din cauza dorinței omului *de a fi bun*. În final, nici el nu-și mai dădea seama că permanent creează tensiune prin faptul că-i învinovățește pe alții. După cum se știe, cea mai bună apărare este atacul. Știind că are un suflet ușor de rănit,

cei din familie îi iertau totul, dar frica lor, că el va începe din nou să acuze, atrăgea acuzele lui. Cercul se închidea. Energia tuturor se irosea în vânt, iar când era vorba de treabă se iroseau și mai multe forțe. În loc să comunice normal, sau măcar să tragă o ceartă decentă, ei toți, fiind *oameni buni*, se cruțau unul pe celălalt și încercau să se înțeleagă unii pe alții, fără să bănuiască faptul că biocâmpul plin de nervozitate înrăutățește și mai mult situația. Comunicarea este o știință importantă, necesară pentru om, dar omul înlănțuit de frica *nimeni nu mă iubește* se teme să nu spună ceva ce nu ar trebui să spună și atunci preferă să tacă.

Bunătatea acestui om a fost strivită de greutatea stresurilor. El n-a știut să-și protejeze iubirea, a ținut-o închisă și a sperat că alții or s-o protejeze. N-a înțeles esența iubirii și viața i-a dat o lecție prin suferințe. Un om bun învață din orice, chiar dacă este nițel încăpățânat. Așa s-a și întâmplat. N-a trecut mult timp și a început el să-i învețe pe alții ce este iubirea. Convingerea cu care o făcea era bărbătească, rațională și logică.

Deși acest exemplu se referea la un bărbat care *voia să fie bun*, în viață sunt mult mai reprezentativi, mai tipici bărbații care *nu vor să fie răi*. Aceștia nu înțeleg că frica lor *de a fi rău* îi și face răi.

Un bărbat de felul acesta va deveni repede un om conflictual, ironic față de greșelile altora, un tiran caustic, sau un elev dificil care nu vede mai departe de lungul nasului. Femeia care se mărită cu un astfel de bărbat, a venit pe lumea asta să întâmpine mari greutăți și să învețe să învingă mari obstacole.

Trebuie să spun că bărbatul devine rău atunci când nu poate să avanseze pe drumul vieții. Mersul lui este împiedicat de lipsa iubirii, iar izvorul iubirii se află în inima femeii. Bărbatul trebuie să lase iubirea să pătrundă în el. Dacă nu înțelege că îl împiedică propriile stresuri, va începe să caute un dușman cu care să se lupte. De regulă, un astfel de bărbat chiar se laudă cu spiritul său războinic. Dacă, fără să vrea, își rupe oasele, iar întâmplarea este

simplă și banală, el o va înfrumuseța, ajungând până acolo încât să o prezinte ca o faptă eroică. Nici nu vrea să audă că ar avea în el frica „*nu voi mai fi iubit dacă nu voi dovedi cât. Am fost de viteaz*”. Cu cât el va fi mai viteaz, cu atât frica lui va fi mai mare.

Un astfel de bărbat se teme de rău și este în permanență gata de atac, deoarece tot ce pornește de la alții consideră că este negativ pentru el. Adesea, într-o viață anterioară, un astfel de bărbat ori a fost o victimă care a suferit extrem de mult și a venit acum să se răzbune, ori el a provocat altora suferințe, și acum, în această viață poartă ura în suflet și vede în oricine un dușman. În viața anterioară paharul suferințelor încă nu se umpluse.

Dacă i se va spune că „X” este vin om bun, va începe să conteste vehement. Are dovada că acela este un om rău. Dar dacă i se va spune despre „X” că este un om rău, se va înfuria de la primele cuvinte. Va ridica pumnul ca să demonstreze că „X” este bun. Și i-ar fi mai ușor dacă oponentul ar fi de talia lui – meșter la vorbe și iute la mânie. Un om înrăit de frică nu mai este capabil să gândească, iar cineva calm și rațional nu poate avea de-a face cu el. Vorbesc în limbi diferite.

Oare de ce astfel de bărbați sunt împinși de la spate de către soțiile lor să vină la conferințele mele și de ce îmi pun de regulă următoarea întrebare: „*Războaie au fost mereu. De ce spuneți dumneavoastră că doar acum lumea a devenit rea?*” Furia lor reținută nu-i lasă să extragă și altceva din conversația noastră.

O astfel de întrebare o pune un om pe care-l supără faptul că s-a găsit unul care vrea să fie mai deștept decât toți. Mă are în vedere pe mine, dar nu înțelege că revolta din sufletul său îi întunecă rațiunea. Crede că sunt deșteaptă, dar îl supără faptul că sunt femeie. Nu-și dă seama că și acesta este un stres. Neștiind să se elibereze de spaime, a trăit prea mult sub dominația femeilor și acum este gata să o atace pe oricare dintre ele. Habar nu are că este pe cale să facă o congestie cerebrală sau un

infarct și atunci va fi nevoit să nu mai crâcnească fiindcă nu va putea să-și poarte singur de grijă. E destul să-i crape un vas de sânge și aroganța lui va dispărea ca și cum n-ar fi fost niciodată. Și, brusc, viața va căpăta o mare valoare.

Dar, vai, așa e viața. Prostul învață pe propria-i piele și nu vede că alții știu să învețe și altfel. Și mai vrea să-i învețe el pe alții!

Cine se teme de certăreți, va trebui să aibă urechi să le audă strigătul!

Cine urăște un anumit stil de viață, va trebui să-l poată cunoaște atât cu sufletul cât și prin durere fizică.

Ei înșiși vor învăța, cel mai adesea prin suferință, și aceasta nu va fi mică, fiindcă în viața lor ei tind numai spre extreme.

Lecția pentru civilizația noastră este materialismul. Materialismul este lecția setei de a câștiga.

În epoca primitivă omul ucidea ca să facă rost de hrană. Mai târziu – pentru a face rost de haine, să adune avere, etc. Volanul a fost scăpat din mână și mașina nu se mai poate opri. S-au dus vremurile când oamenii se băteau pentru o bucată de pâine. Cu timpul, războaiele au început să se poarte tot mai puțin pentru propria supraviețuire și tot mai mult pentru a-i distruge pe alții și a le lua bunurile, chiar dacă nu mai aveau unde să le depoziteze. Răutatea omenirii crește proporțional cu creșterea bogăției.

Și atunci, cum putem afirma că oamenii nu sunt mai răi? Sunt răi și au devenit și mai răi.

Viața este astfel rânduită încât, cu cât răul este mai mare, cu atât și binele este mai mare, chiar dacă el nu este vizibil. La creșterea extremelor apare punctul critic, când totul se transformă în contrariul său. Răul, prin distrugere, naște binele. Pier în timpul unei crize cei care nu știu să gândească corect, care se iau la trântă cu viața. Cel care cunoaște legile naturii și le aplică conform necesităților sale, acela va dăinui veșnic.

S-a prezentat la mine o pereche de tineri cu copilașul lor, care se născuse după ce soții învățaseră să ierte și își schimbaseră modul de gândire. Rezultatul. Tratamentului,

dacă se poate vorbi de așa ceva la un copil foarte bun și extraordinar de liniștit, a fost uluitor. În jumătatea de oră, cât m-am ocupat împreună cu părinții lui să dobândim înțelepciune pe calea iertării, aplicând cunoștințele noi pe care eu le acumulasem, acest omuleț rațional nu ne-a deranjat niciodată. Așezat pe genunchii mamei lui a reușit să treacă în revistă toate planșele energetice de pe pereți, luându-le la rând, pe îndelete, chiar și atunci când era nevoit să se uite în spate. Cel puțin zece minute a urmărit foarte gânditor flacăra lumânării și alte zece minute - mâna mea care transmitea energie. Omulețul avea trei luni! Mama lui, care îl purtase în pântec, comunicase corect cu el și îl născuse normal. Copilul acesta trebuia să se fi născut perspicace.

Mama copilului avea unele spaime, care îi fuseseră insuflate pe parcursul educării copilului, și ne-am apucat să le clarificăm. Am hotărât să începem cu spiritul și sufletul mamei, deoarece nu o făcusem până acum.

I-am spus cam așa: *„Spiritul dumneavoastră - tatăl - parcă fuge de cineva, se teme să nu fie prins și nu mai are putere. Face o ultimă încercare și se smulge printr-un efort inimaginabil. Pentru el nu e o toană, e o necesitate vitală. Se îndepărtează”*.

— *„Părinții mei au divorțat”* - mi-a răspuns tânăra.

— *„Sufletul dumneavoastră - mama - este neliniștită, se mișcă de parcă ar fi un dresor de cai sălbatici, așezat în șa, dar care nu a observat că nu mai are calul sub el. Are o forță nebunească și o dorință pătimasă de a îmblânzi pe acel cineva, așa cum crede ea. Îl biciuie pe ambele părți cu atâta forță încât îi clănțănesc dinții din gură; e de neînțeles cum de nu i-au zburat”*.

— *„I-au și zburat, o să vedeți acum - este în sala de așteptare”* - mi-a spus tânăra zâmbind.

— *„Corpul dumneavoastră - parcă ar fi cineva rezemat de un gard, care privește și nu-i place ce se întâmplă. Din cauză că mama dumneavoastră este extrem de autoritară, dumneavoastră - opusul ei total - sunteți o fire blândă, dar sunteți speriată și vă urmăriți soțul în*

permanență fiindcă nu aveți încredere în el. Întrucât tatăl dumneavoastră era înclinat spre extreme, v-ați ales un soț cu o fire foarte moale. Eliberați-vă de această frică, altfel ea îl va secătui pe soțul dumneavoastră. Va începe să simtă că nu aveți încredere în el”. La aceste cuvinte soțul a dat aprobator din cap, fiindcă, într-adevăr, frica lui *că nu este iubit* devenise foarte mare.

Când a intrat în cabinet mama tinerei și a deschis gura, am fost nevoită să recunosc că dinții acestei femei de 53 de ani îi zburaseră într-adevăr în dârzul ei galop prin viață. Și când mi s-a plâns că are aritmii din cauza cărora, din când în când, inima ei pornește să bată în galop, tabloul a devenit complet. Nu avea dorința de a-și îndrepta greșelile și inima își spunea cuvântul.

Iertarea vindecă atât rănile sufletești, cât și pe cele trupesti. Încercați să începeți prin a vă ierta părinții, și dacă nu reușiți, începeți să vă iertați stresurile.

A venit la cabinet o femeie cu un copil care nu făcuse un anșor și care avea o boală congenitală de inimă. Era vorba despre un defect rar întâlnit – un fel de rană între ventricule, ca o rană de cuțit. Deschiderea orificiului oval semăna, ca formă, cu secera lunii; pe mama copilului au revoltat-o însă cuvintele mele, deoarece doctorii nu pusese un astfel de diagnostic.

Într-o viață anterioară acest copil fusese căpetenia unei bande de tâlhari și încercase să ascundă o comoară, lucru pentru care ai lui i-au aplicat o lovitură de cuțit. În această viață, el venise să se răzbune. Este tot numai ură. Ieșirile lui – urlete și distrugerea jucăriilor – poate fi considerat un avertisment cumplit*. Boala de inimă este o situație pozitivă – îl va împiedica să devină criminal. Ar putea fi vindecător? Ar putea, dar respectându-se anumite condiții, condiții legate de părinții lui.

Mama o adusesese cu ea și pe fiica ei – o adolescentă slăbuță, cu umerii strânși din cauza fricii, cu ochelari cu multe dioptrii. Când au intrat, în cabinet s-a făcut răcoare, de parcă ar fi fost un aisberg – atât de puternică era energia negativă a mamei.

Mama avea spaime, dar acestea erau cu mult depășite de agresivitate și de caracterul ei autoritar. Un autoritarism care pretinde totul de la toți. Un autoritarism care vede greșelile altora mult exagerate, dar este orb la propriile greșeli. Dacă nu ar fi fost copilul ei, acuzațiile la adresa lui ar fi fost pe primul plan. Capul acestei femei era atât de blocat, încât nu mă putea asculta și mă întrerupea la fiecare cuvânt. Gândul meu nu putea să ajungă la ea. Cu o asemenea persoană se poate face doar un duel verbal, absolut inutil.

Oamenii care se apără cu furie, au totdeauna un puternic sentiment de vinovăție și nici nu văd că nimeni nu-i învinovățește. Tot ce omul nu face bine, se depune în sufletul lui într-un inexplicabil sentiment de vinovăție care dispare numai atunci când vina este ispășită, când greșeala este îndreptată. Crescând sentimentul de vinovăție, crește și răutatea și omul respectiv se aruncă chiar asupra celui care vine să-l ajute. Așa s-a întâmplat și aici.

Această mamă nu și-a înțeles greșelile, nici măcar nu voia să audă de ele. Chipurile, ea este un om bun în fond și dorește însănătoșirea copilului ei. Poate o să înceapă să gândească și atunci poate va fi posibil să fie ajutată.

Similarul atrage similarul – un copil cu o asemenea karmă nici nu putea să se nască la o altă mamă.

Fiica ei era ca un șoricel speriat. Îi era frică de severitatea și autoritarismul mamei ei, indiferent cum se manifesta el, îi era frică de orice zgomot, de orice țipăt, și, în perioada aceea – chiar de orice cuvânt mai aspru. Chiar înainte de a merge la școală, ochii ei nu voiau să vadă răul din casă. Mama ei îi învinuia pe medici că nu i-au verificat vederea, ca și când o verificare i-ar fi însănătoșit ochii și ca și când doctorii trebuie să alerge de colo-colo și să verifice tot timpul câte ceva. Copilul își alesese mama pentru ca ea să-și facă timp și pentru ochii lui. La școală vederea i s-a înrăutățit, deoarece ea pur și simplu atrăgea furia profesorilor exigenți. Atitudinea mamei față de profesori nu făcea decât să amplifice lucrurile. Dacă lucrurile nu se

vor schimba, acest copil își va pierde și auzul.

Într-o viață anterioară, fiica însăși a procedat aidoma copiilor săi și acum îi venise rândul să sufere. Aceasta este esența lecțiilor de viață. Mama ei fusese, într-o viață anterioară, extrem de ostilă, energia ei puternică nu-și atinsese niciodată scopul. În viața de acum, firea ei de răzvrătită îi deformase ostilitatea.

Acestea sunt acele suferințe pe care le neagă cei care se revoltă. Ei sunt foarte nemulțumiți – *de ce omul este obligat să sufere? De ce viața nu poate fi și bună? De ce propovăduitorii ăștia din secta New Age îi bat pe oameni la cap și nu-i lasă să trăiască liniștiți?*

Ați avut, probabil, ocazia să auziți astfel de fraze. Ființe speriate, supărate și iraționale au fost dintotdeauna, și înainte de a apărea secta New Age. Dar câte sunt acum, categoric n-au fost demult. Dar, dacă oamenii ar vrea măcar să tragă cu urechea la ce e bine... Dacă ar înțelege că răul pe care ei îl văd este doar partea vizibilă a unui întreg uriaș! Binele cel mare rămâne în umbră. Dacă ar înțelege că atunci când ei văd binele, în realitate în umbră se află răul cel mare... Acesta este adevărul vieții.

În ceea ce o privește pe această femeie fondul problemei ei a rămas fără explicații. Am fost nevoită să o trimit acasă, să aibă răgaz să se gândească, fiindcă nu înțelegea că nu poți vindeca efectul, dacă nu a fost eliminată cauza.

Școala suferințelor

Omul îi judecă pe alții în funcție de caracterul său și de convingerile sale. Ceea ce spunem despre altul ne arată clar care este esența noastră. Caracterul este totalul experienței de viață care include experiența vieților anterioare și experiența din viața actuală. Toate emoțiile, începând cu cea mai mică, pleacă din trecut și se repetă în permanență până când omul își învață lecția acestei vieți concrete. De regulă, numai o suferință foarte mare îți dă o înțelepciune sigură de viață, care se fixează pentru totdeauna în spiritul tău. Aceasta este acea înțelepciune care îți dă liniște sufletească. Această problemă nu-i va

provoca niciodată suferințe unui om. În felul acesta, trecutul trăiește în prezent și va trăi și în viitor. Nimeni nu dispăre nicăieri.

Știm cu toții că orice greutate din viața de zi cu zi se repetă foarte des. Asta înseamnă că nu ați tras concluziile necesare și nu v-ați îndreptat greșeala. Greutatea apare iarăși și iarăși ca să vă învețe. Nu ați înțeles că iminența vieții este acea libertate de a învăța și de a ispăși răul. Când vă aflați într-o situație grea, puneți-vă întrebarea: *„De ce am parte de această încercare, ce vrea să mă învețe?”* și veți simți, probabil, răspunsul pe care vi-l dă corpul.

Din fericire, am ajuns în acel stadiu de dezvoltare a omenirii, când nu mai este nevoie să învățăm prin mari suferințe, acum putem să învățăm să ne eliberăm de rău prin schimbarea modului de gândire. Cine învață prin suferințe, acela extrage din fiecare suferință o experiență de viață. Experiența este ca o lecție pe care o învățăm la școală și pe care o aprofundăm în clasele următoare, până când, în final, atingem perfecțiunea. Am învățat atât de mult la această materie încât în viața următoare ea va fi o învățătură vie pe care o vom putea utiliza, dacă va fi cazul, fără să ne mai uităm în manual. Cine nu și-a asimilat înțelepciunea vieții, va fi mereu lovit de viață. Similarul va atrage similarul până vom căpăta înțelepciune.

Sunt adesea întrebată: *„Ce este suferința?”* Am fost învățați să suferim și mai suntem și astăzi. Răspund: *„Suferința este o lecție pentru proști: „Cine vrea să fie deștept, trebuie să învețe să gândească și atunci va fi scutit de lecțiile de suferință. Nu va mai fi nevoie să i se poruncească, să fie dădăcit, să i se interzică, nu va mai fi necesar să fie pedepsit sau amenințat. Un om liber face totul așa cum trebuie, corect. Are forță, are voință și are dorință.”*

Am văzut cum unii oameni învață aceeași înțelepciune de-lungul mai multor vieți. Cineva trebuie să învețe, de exemplu, cum să se poarte cu demnitate. Într-una din vieți a fost om bogat, în alta sărac, în a treia a trăit

la munte, în a patra - la șes. A fost și femeie și bărbat, cu studii și fără studii. Dar s-a umilit totdeauna în fața celorlalți și nu a înțeles de ce și ceilalți l-au umilit. Îi este groază și astăzi să aibă sentimentul propriei demnități, întrucât îl receptează ca fiind sfidare și egoism. Acum, acest stres a crescut atât de mult, încât amenință să-l distrugă. Venind pe această lume, și-a găsit părinți care să-i semene, pentru ca, prin așa-numitele boli ereditare, să umple paharul suferințelor și să-și termine lecția.

Oamenii au totuși atâta minte, încât să nu vorbească despre greutățile vieții ca și când ar fi greutăți moștenite. Sănătatea este însă reflecția în oglindă a greutăților vieții.

Atunci când omul caută o soluție, mentorii lui spirituali îl îndreaptă spre un învățător care să-l învețe înțelepciunea iertării. Și dacă acest învățător sunt eu, eu îl învăț să-și ierte frica *nimeni nu mă iubeste*, întrucât acest stres este sursa altor stresuri; îl învăț să-și ierte frica *de a fi egoist*, să-și ierte frica *nu sunt înțeles cum trebuie*, dispariția interesului față de viață, sentimentul de nonsens, complexul de inferioritate, frica *oricum nu mai pot repara nimic*, etc.

Mulți oameni oftează: „*De ce nu mi-a spus nimeni până acum de toate înțelepciunile astea!*”

În primul rând, pentru că omenirea nu era pregătită să le accepte. În al doilea rând, pentru că dumneavoastră înșivă n-ați făcut nimic ca să vă apropiați de ele. Și ca să dai obligând, chiar dacă, după părerea celui care dă, se dă lucrul cel mai bun din lume, este tot un uz de forță, care va fi respins. Dacă în momentul acesta ați oftat, înseamnă că sunteți pregătit pentru a primi aceste înțelepciuni. Știți însă că foarte mulți dintre dumneavoastră nu sunt pregătiți. Dacă veți începe acum să vă corectați modul de gândire, îi veți ajuta pe cei care au rămas în urmă.

Făcând un bine pentru tine, făptuiești un bine pentru întreaga omenire.

Astfel, în funcție de experiența din viețile anterioare, pentru a dobândi înțelepciunea deplină, avem nevoie deși mai multă experiență și de aceea ne căutăm și ne găsim

părinții care să ne pună la dispoziție aceste încercări. Tot așa și soțul (soția), prietenii, evenimentele vieții.

Noi nu știm să conștientizăm nevoile spiritului nostru și nu ne cunoaștem nici pe noi înșine. Spiritul nostru este un fascicul de energie care se îndreaptă spre înțelepciunea desăvârșită. Spiritul are nevoie să devină desăvârșit, dar desăvârșirea nu este numai binele. Ea este o mișcare care se intersectează în permanență cu binele și răul de pe sinusoida vieții. Spiritul vrea să capete acele cunoștințe, rămase neasimilate în viețile anterioare și în aceasta constă necesitatea ireprimabilă a oricărui spirit.

Să nu întrebați: „*De ce trebuie să sufăr atâta?*” Dumneavoastră înșivă, adică spiritul dumneavoastră, a ales această lecție, numai că rațiunea a uitat. În loc să oftați, învățați lecția iertării.

Să nu întrebați „*De ce viața altuia e mai bună?*” Acela și-a ales-o așa, el și-a cultivat pământul primit de la părinți și a crescut el însuși ca o plantă viguroasă. El a stabilit așa, pentru că a avut nevoie de o astfel de viață. Viața lui are și ea o latură negativă, dar dumneavoastră n-o vedeți sau nu puteți s-o întrezăriți din cauza lacrimilor care vă curg șiroi.

Chiar și în familie, unul observă că ceilalți o duc bine, ceea ce îl enervează, dacă lui îi merge prost. Omul enervat nu meditează asupra propriilor gânduri, îl vede doar pe cel de alături. De exemplu, soția pune o întrebare banală: „*Ce să-ți pregătesc la prânz?*”. Soțul, abrutizat de problemele lui materiale, nu vede decât fața ei preocupată, pe care o ia drept reproș, și începe să țipe: „*De ce mă întreb?*” (Așa ar vrea să țipe la vin subaltern) *Nu vezi că și așa am destule pe cap? Nimic nu pricepi din viața asta* (cineva l-a ofensat pe el în acest mod), *nu știi să spui decât adu-mi, iar eu trebuie să le fac pe toate!*” Și așa mai departe! strigătul, caracteristic pentru orbirea totală, continuă mult timp. În felul acesta își rezolvă acest om negativitatea care s-a acumulat în el. De rezolvat n-o rezolvă, fiindcă își varsă răutatea neconștientizată acolo unde nu trebuie. Cel care își aduce la serviciu problemele de familie și își varsă toate

necazurile în fața colegilor sau cel care aduce acasă problemele de serviciu, nu face decât să-și chinuie familia, mai ales copiii, și nu se va elibera de ȝensiune. Dimpotrivă, își va amplifica greșelile.

„Liniștește-te dragul meu - ar trebui să spună soția - sentimentul tău de vinovăție a atins limita critică. În întrebarea mea n-ai văzut dorința de a-ți pregăti ceva gustos ca să mai uiți de gândurile ce te frământă. Lasă sentimentul acesta de vinovăție. El a venit să te învețe că nu există vină, ci greșeli. Ți-ai asumat o sarcină prea mare, o răspundere prea mare. Este cumplit să te simți vinovat, dacă ceva nu-ți reușește. În felul acesta poți ceda foarte repede.

Te iert că te-ai aruncat asupra mea, învinovățindu-mă.

Iartă-mă și tu pe mine că am vrut prea multe lucruri, că am exagerat. Mă iert și eu că am atras învinuirile tale. Eu și așa exageram cu gândurile mele alarmante, cu obligațiile mele, cu simțul meu de responsabilitate - ceea ce înseamnă frică și sentiment de vinovăție. Ele atrag învinuirile tale. Privirea mea iânjea după sclipirea aurului. Iartă-mă.

Sentiment de vinovăție, învinuire! Vă mulțumesc că mați făcut să mă gândesc la timp, înainte ca amândoi să facem infarct”.

Așa ar trebui, dar oamenii nu știu să gândească așa. Un conflict se încheie cu insulte, după care urmează lacrimi din partea unuia și scrâșnet din dinți din partea celuilalt. Sau izbucnește o ceartă dușmănoasă, fără rost, când se aduc acuzații dureroase, după care sentimentul de vinovăție devine și mai mare. Care dintre ei va fi primul care face. Infarct, continuând să trăiască în felul acesta, depinde de al cui pahar se va umple primul. Abia atunci partea adversă va începe să se căiască (să se învinovățească) că a greșit în multe privințe.

Chiar și atunci unii vor întoarce capul cu indiferență, îl vor lăsa în voia sorții pe cel care suferă și vor căuta noi victime. Așa procedează cei pentru care bogăția atâră

mai greu decât sufletul omului. Pentru cel care în viață caută doar plăcerea, pedeapsa va veni cândva – prin ceea ce el consideră a fi valoarea supremă – prin bogăție. „Răsplata” va veni categoric.

Cine consideră că este rușinos și umilitor să ceri iertare, acela încă nu știe că iertarea îl înnobilează pe om. Astă înseamnă că cel care iartă, își înalță demnitatea prin iertare. Spiritul a primit o lecție, dar iertarea este necesară pentru a înțelege situația așa cum trebuie, pentru ca omul să rămână om.

Scuza superficială este sora mai mică a iertării făcută cu seriozitate. Dar și scuza conștientizată, care pleacă din suflet, poate însemna conștientizarea greșelii și în acest caz ea acționează eliberator.

Am fost învățați încă de când eram mici să cerem iertare și o facem cu ușurință, automat, fără să simțim nici obligație. Iertarea, însă, este o muncă importantă, cu greutate și serioasă, în care există sfințenia pe care o simte fiecare dintre noi la nivelul subconștientului. Cu cât omul respectă viața mai profund, cu atât mai serioasă va fi atitudinea lui față de iertare. Iertarea este un lucru sfânt. Se întâmplă frecvent ca un om politicos să arunce cu scuze în stânga și în dreapta, dar să fie împotriva iertării. Această împotrivire poate fi atât de mare, încât, de exemplu, un bolnav care are într-adevăr nevoie de ajutor, după ce și-a programat să-și ceară iertare, renunță și preferă să fie bolnav, decât să-și îndrepte greșeala prin iertare.

Scuza și iertarea acționează ca un medicament asupra rănilor sufletești. Dar, a cere iertare când ești obligat de altul sau chiar când te obligi tu însuți, înseamnă uz de forță și el provoacă și mai multă răutate ce poate să crească și să se transforme în răzbunare. Dacă simțiți că nu sunteți pregătiți să iertați, aflați că veți fi nevoiți să suferiți în continuare, deoarece în felul acesta veți învăța. Străduiți-vă să vă purtați față de iertare așa cum v-ați purta cu mentorul dumneavoastră care vă învață atât cât îi dați voie să vă învețe. Când vă veți lămuri asupra cauzei

necazului dumneavoastră vă veți deschide și pentru iertare.

Simțul realității

Tot ce există este realitate. Asta înseamnă că Dumnezeu este real pentru cel care-L înțelege și-L simte. Mulți consideră că parcă ar simți, dar de fapt ei abia își caută drumul. Cunoașterea Unității Supreme este un proces fără de sfârșit, care merge în profunzime. Nimănui nu-i este dat să-l cunoască pe Dumnezeu, chiar și cel mai știutor dintre oameni mai are mult de învățat.

Atâta timp cât omul, aflându-se în corpul lui fizic, simte doar realitatea fizică – o vede, o aude, o pipăie, o miroase și, uitându-se la ceas, îl întoarce să-i arate timpul, el percepe ca fiind realitate ceea ce a cunoscut. În același timp, de când lumea, omul obișnuit a vorbit despre sentimente, viață sufletească, spiritualitate, emoții, fără să le înțeleagă semnificația, fiindcă este vorba de lucruri pe care el nu le vede.

„Te iubesc mai mult decât mă iubești tu”. – Un reproș pe care îl știm cu toții. Dar cum ați măsurat și ați cântărit?

Cineva deștept foc, după ce a citit prima mea carte mi-a spus: *„Numai cine nu pricepe nimic din iubire poartă să vorbească așa despre ea!”* A sunat ca o sentință finală și nu m-am străduit să-i demonstrez contrariul. Îi va doveji viața dacă afirmația lui a fost sau nu adevărată. Pentru mine problema aceasta este deja clară din multe puncte de vedere.

Până nu demult rațiunea mea reacționa la fel. Auzind observația unui filosof că, chipurile, civilizația noastră n-ar ști ce este iubirea, am gândit iritată: *„Cum de-și permite? Cum poți să spui așa ceva!”* Spre deosebire de criticul negativist menționat, m-am simțit inconștient obligată să sap până ajung la dedesubturile acestei afirmații. Mi-am pus întrebarea: *„Ce subînțelege el prin asta?”* Apoi am înțeles, încercați și dumneavoastră ca, de fiecare dată când ați vrea să spuneți un *„Nu-!”* hotărât, să vă gândiți ce se ascunde în spatele lui și atunci veți deveni mai înțelepți. Cine acționează cu cap, reușește. Asta nu înseamnă că un

om deștept are o viață mai ușoară. Dimpotrivă. Viața are cerințe mai mari de la cel deștept. Odată cu dezvoltarea rațiunii crește și înțelepciunea spiritului.

Pentru un om spiritualizat lumea nevăzută este reală, poate fi văzută, simțită și înțeleasă. Cu cât spiritul se descătușează mai mult, cu atât mai mare este posibilitatea de a conștientiza, cu calm și imparțial, binele și răul din această lume, fără a fi nevoie să arăți cu degetul spre cineva. Pentru a realiza acest lucru trebuie să ne eliberăm de stresuri - ele ne împiedică să vedem lumea.

Noi existăm numai sub forma corpului fizic și, deocamdată, majoritatea oamenilor orbecăie în întunericul spiritual. Lumile superioare trimise de Dumnezeu, ne ajută să ne înălțăm în duh, dar trebuie să ne dăm seama că, deocamdată, pentru aranjarea treburilor materiale ne sunt necesare mijloace materiale sau mijlocitorul lor - banii. Cel care se raportează în mod naiv la una din componentele întregului, ca fiind un lucru inutil, acela nu-și va învăța până la capăt lecția materialismului. Față de bani trebuie să avem o atitudine echilibrată, ei nu trebuie negați. Cine-i neagă, va fi nevoit să trăiască fără ei - că doar de aia îi neagă. Ia încercați să trăiți fără ei!

În fiecare zi am ocazia să aud cum cineva fără simț practic, aflat într-o criză sufletească și de aceea grav bolnav, îmi descrie cu patos care va fi viitorul lui - totul va fi minunat. „*Banii - nu sunt o problemă*” - îmi spune pe un ton declarativ.

„*Dragul meu, păi din cauza banilor te-ai îmbolnăvit. Deschide ochii! Ia uitate, acum toată omenirea, inclusiv tu, termină de învățat o lecție pe care, pe scurt, am putea-o numi: influența nefastă a banilor asupra celor săraci cu duhul. Dacă ne-am născut să o învățăm, apucă-te și învață. Magia banilor este măsura puterii duhului. Cine știe să se raporteze la ei corect - să-i câștige gândind corect și muncind bine și să-i cheltuie cu un scop corect, acela a răscumpărat răul și a câpătat înțelepciune. Câți or fi dintr-ăștia, e o altă problemă*”.

Nu trebuie să facem o problemă din bani, adică banii

nu trebuie să devină Dumnezeu, dar nici nu trebuie negați. Problema negării banului este marea piatră de încercare pentru cei care merg înainte întru duh. Cine neagă o belea, o va nega și pe a doua și pe a treia. Dorința de a fi un om ideal te face să-ți pierzi simțul realității.

În Unitatea Divină totul își are locul său. De la gând începe acțiunea. Cine dorește să aranjeze aceste noțiuni după gradul lor de importanță, va avea probleme cu cea de a doua. Așa începe lupta.

Cine crede, în mod naiv, că astăzi poți construi o casă fără bani, va trebui să trăiască sub un copac, până va înțelege dacă este sau nu este posibil. Cine are rațiune, stă acolo și meditează la ce anume îl împiedică să-și facă rost de un acoperiș deasupra capului. Înainte de toate, își iartă toate gândurile negative și atunci spiritul i se deschide și îi spune când să se ridice și încotro s-o apuce. Spiritul știe că omul are nevoie de o casă.

Miopului îi este teamă să privească în depărtare. Viitorul îl sperie și aceasta îl enervează și-l înrăiește. Cel mai adesea acest lucru se întâmplă cu tinerii. Eliberați-vă de frică și veți reuși să prevedeați, să intuiți viitorul.

Prezbit este cel care a exagerat cu intențiile sale bune. El dorește să vadă departe, cu alte cuvinte, vrea să primească mult și dintr-odată, nu vrea să vadă doar puțin. În viață, trebuie să înveți să te bucuri în primul rând de lucrurile mărunte și atunci viața îți va oferi și lucruri mari. Dacă omul cere de la alții, respectiv de la societate, să-i asigure viitorul, vederea i se va înrăutăți, întrucât nu vede că fiecare trebuie să-și orânduiască singur propria viață. Totul începe de la modul de gândire, după aceea trebuie să privești în jos și abia după aceea să ridici privirea, să te uiți în depărtare. Trebuie să te eliberezi de frică și de nemulțumire în legătură cu viitorul pentru ca el să se poată apropia. Întotdeauna trebuie să începi cu tine – atât spiritual, cât și fizic – pentru ca apoi să mergi mai departe. Cine a învățat să-și analizeze comportamentul și să se elibereze de gândurile rele va obține ce dorește și în același timp își va recăpăta și vederea. Cât despre faptul

că acest lucru este greu de realizat - vezi numărul tot mai mare de ochelariști și de orbi din întreaga lume.

Pierderea vederii datorată vârstei este legată de faptul că nu dorim să vedem lucrurile mărunte, enervante ale vieții. Îmbătrânind, omul dorește să vadă acel ceva mare pe care l-a făcut sau l-a realizat în viață. Dacă nu înțelege că viața începe de la lucruri mărunte, care sunt la fel de importante ca și cele mari, întrucât unele fără altele nu pot exista, și începe să le urască pe cele mărunte, atunci ele vor începe să-l sâcâie din ce în ce mai mult. Deși vederea i se înrăutățește, ca să nu mai vadă lucrurile mărunte, așa cum își dorește, totuși acest lucru nu-i place. Nu vrea să vadă lucrurile mărunte și totuși își pune ochelari ca să le vadă. Mânia favorizează slăbirea vederii. Cine nu-și va mai irosi forțele pe fleacuri, apreciind timpul la bătrânețe, va putea să poarte zeci de ani ochelari cu aceleași dioptrii. Și dacă un bătrân încetează să mai acorde atenție fleacurilor vieții, întrucât simte că nu mai au importanță pentru el, atunci vederea lui va începe să se îmbunătățească. Ce este acela un fleac? Este tot ce nu este important.

Ejtemp cu din viață

Am tratat un tânăr de 25 de ani care la vârsta de șapte ani și-a pierdut vederea în urma inflamării mucoasei ochiului. La început mi-a lăsat impresia unui om înțelept. Sursa lui de informații era radioul. Învățătura despre iertare el a receptat-o în mod pozitiv, știa ceva despre structura filosofică a minții. Efectul tratamentului a fost rapid. A început să distingă lumina, apoi umbrele, apoi siluetele și, după modul de mișcare, chiar femeile și bărbații. Apoi s-a dus la serviciu. Dar, după scurt timp, progresul a devenit mai lent.

Am încercat, pe cât mi-a fost posibil, să-i explic mai clar care sunt greșelile lui de gândire, dar, spre surprinderea mea, m-am lovit de o împotrivire totală. El nu mai voia să vadă! Îi era teamă să vadă răul, îi era teamă că atunci când va începe să vadă, va trebui să-și poarte singur de grijă în timp ce până acum o făcuseră alții. Erau

obligați să o facă. Faptul că sora mai mică s-a sacrificat pentru el, nu i-a înmuiat deloc sufletul. Tatăl lui era pensionar și alcoolic, mama murise. Boala era pentru el un fel de salvare de la răul din lume.

Cu logica mea de om văzător nu am putut să cred ce vedeam și i-am spus: *„Dacă nu doriți să începeți să vă eliberați de gândurile dumneavoastră negative, să nu mai veniți la mine* și nu a mai venit. Vedea deja destul de bine. Restul trebuia să-l facă ceilalți pentru el. Atât de mult l-a înăsprit modul de conviețuire al părinților săi

Acela care, întâlnind răul, își va pune întrebarea: *„Ce vrea să mă învețe?”* - nu-și va pierde niciodată vederea. Pentru cel căruia îi place gluma și știe să facă haz de el însuși, pentru el răul va fi întotdeauna mai bun.

Cine vede în lume numai răul și udă totul în jur cu lacrimile sale, dorindu-și să nu vadă această viață cumplită, acela va trebui să orbească cândva, pentru că a dorit acest lucru. De aceea nu nesocotiți vorbele profetice - de la o vorbă în dodii până la deochi este doar un pas.

Interesul de bază al omenirii este creșterea bunăstării materiale. Criza sfârșitului de secol îi schimbă însă pe oameni, deoarece obținerea rezultatelor dorite nu este posibilă fără dezvoltarea unui mod de gândire filosofic. De exemplu, un copil care a crescut într-o familie săracă se străduiește din toate puterile să iasă din sărăcie. El este stimulat de frica de a rămâne sărac și de dorința de a se îmbogăți. Dar, stresul de a rămâne sărac continuă să rămână în el și se transformă treptat în ură față de sărăcie. Simte că nu mai vrea să-și repare îmbrăcămintea și până și coaserea unui nasture îl agasează și atunci apelează la serviciile cu plată sau aruncă hainele, dar nu observă că, încetul cu încetul, se îndepărtează de bogăție. Apare astfel atitudinea de dispreț față de sărăcie. De aici până la lăcomie este doar un singur pas. Până aici l-a adus zgârcenia. Izbânzile încep să se rărească. Și într-o bună zi vine și falimentul. Frica de sărăcie și-a făcut treaba cu cinste.

Acolo unde bogăția este socotită baza vieții, lecția de

viață va veni tocmai prin bogăție.

Încotro te grăbești, omule?

În conformitate cu legile de dezvoltare ale Unității Supreme, ne dezvoltăm în sensul dezrobirii spirituale. Fiecare dintre noi are dreptul și posibilitatea să meargă mai repede decât ceilalți. Pe acest drum nu există opreliști, așa cum există în lumea materială, unde suntem dependenți unul de celălalt.

Totodată, majoritatea celor care se reped înainte sunt nemulțumiți. Nu înțeleg că graba lor este determinată de frica de a nu întârzia. Cine se grăbește inutil, va deveni superficial și va începe să greșescă. Frica întunecă rațiunea.

Trebuie știut că a critica pe cel rămas în urmă este o răutate. Răutate față de cei care nu acceptă credința mea „bună” și care nu mă urmează orbește. Cu cât cel care are acest stres încearcă mai mult să-i atragă la credința lui (sau la ideile lui), cu atât rezistența pe care i-o vor opune va fi mai mare.

Chiar și atunci când mi se cere ajutorul și eu mă străduiesc cu bunăvoință și cu mare entuziasm să-l îndrum pe om pe drumul cel bun, pot să fiu decepționată, întrucât omul refuză să mă urmeze. El nu este pregătit să se înalțe spiritual. Oamenii aceștia îmi dau o mare bătaie de cap. Dacă nu ar veni să ceară ajutor, nu ar fi nicio problemă, dar ei vin. În funcție de gradul de educație și de elocvență, ei încep să nege, să se îndoiască, să recurgă la șiretlicuri, să judece, să facă demagogie etc. Nu sunt în stare să-și schimbe concepția așa de repede, dar nici nu vor să recunoască acest lucru, întrucât *nu se știe ce aș putea eu să cred despre ei...* Dar, dacă acești oameni își vor găsi timp să mediteze asupra cuvintelor mele, atunci pe viitor nu-mi rămâne decât să mă mir și să mă bucur de reușită împreună cu ei.

Așa că mai gândiți-vă dragi grăbiți, indiferent din ce sectă sau credință faci parte. Dacă vă veți elibera de răutatea față de necredincioși (fașă de proști, ca să mă exprim mai dur), atunci cel care are nevoie de apropiere și

de înțelepciunea voastră o va face de bunăvoie.

Dacă spuneți că nu aveți o asemenea răutate, atunci de ce îi siliți pe alții? Forțarea rămâne forțare chiar și atunci când se înfăptuiește în gând. Totul începe de la gânduri.

Mă urmăresc pe mine și urmăresc și pe alții care încearcă să transmită o învățătură bună. Nu este un lucru ușor. Dar dacă-ți dai titlul nobil de mentor, trebuie să transmiți corect învățătura, pentru că de modul cum o faci depinde receptarea ei.

Dacă este transmisă incorect, răul provocat va fi imens. Profesia de învățător, este prima și cea mai importantă dintre toate.

Proverbele ne arată foarte bine cum trebuie învățat. O învățătură corectă înseamnă *să împărtășești din înțelepciunea ta celui care dorește și care are nevoie de ea, și tu însuși să muncești mult ca să o capeți*. În literatura filosofică, după fiecare cuvânt urmează un alt cuvânt și după fiecare propoziție urmează o idee. Cine își va face timp să chibzuiască, va găsi o comoară – este comoara veșnică, înțelepciunea vieții.

Și chiar dacă nu va ști să o descopere, stând de vorbă cu un înțelept, va rămâne cu un sentiment plăcut și inexplicabil de tulburător. Îmi aduc aminte de anii de școală când profesorii universitari umblau prin școli și îi învățau pe copii înțelepciunea vieții. Au fost astfel de timpuri. Eram obligați să-i ascultăm, deși vârsta nu. Ne permitea să înțelegem cuvântările lor înțelepte. Dar mi-a rămas până astăzi acea senzație de magnetism. Era senzația de a descoperi ce înseamnă înțelepciunea.

Ne vorbeau cu însuflețire, fără să „dreagă” cuvântarea cu detalii care nu-și aveau locul. Nu criticau circumstanțele și oamenii, ci își dezvoltau ideile astfel încât cine dorea și putea, urmărea modul de desfășurare. În conversații puneau o părțică din sufletul lor și se dăruiau. De atunci s-a trezit în mine un interes care m-a uimit. Acum aș putea să-l definesc – era interesul pentru existență.

Valoarea învățaturii este determină de metoda de predare. Depinde de structura suflotească a învățătorului, fie el învățător de școală sau mentor spiritual. Un învățător grăbit pretinde, ordonă, dă calitative, dar pentru căpătarea de cunoștințe nu este suficient.

De exemplu, dacă cineva ține o conferință despre alimentația vegetariană, vorbește favorabil despre legume, despre proprietățile lor, despre unitatea lor cu toate celelalte, inclusiv cu omul, vorbește despre posibilitățile individuale de a le alege, despre bucuria de a alcătui meniuri de o varietate infinită, ascultătorii vor fi captivați de învățătura lui și mâncarea va fi gustoasă.

Dar dacă acel conferențiar impune cerințe stricte, pretinde ca legumele să fie tăiate într-un anume fel și nu altfel, el va ridica un zid între el și ascultător. Și dacă mai adaugă și condițiile vitrege, lipsa de bunăvoință a oamenilor, criza economică și problemele politice – toți acești factori existând – rețetele lui, excelente în sine, nu vor fi bune de folosit.

Darul ideal al naturii – hrana vegetală – își va pierde esența binecuvântată, dacă mâncarea este condimentată cu gânduri rele. Legumele nu mai au niciun gust Puterea lor energetică își pierde capacitatea de a sătura. Odată cu legumele intră în mine și răutatea și insatisfacția bucătarului.

Acum câțiva ani, fiind la o recepție, am avut posibilitatea să urmăresc felurile de mâncare și modurile de preparare. Mâncarea a fost aproape în exclusivitate vegetariană, dar nimeni n-a rămas flămând. I-am urmărit pe bucătarii șefi și modul lor de comportare față de personal, alimente și consumatori.

În ziua aceea era de serviciu un bucătar-șef sever și corect. Personalul lucra în tăcere și conștiincios. Totul mergea normal. Mâncarea a fost bună, dar ceva lipsea – gustul.

A doua zi a venit alt bucătar-șef. Avea o față luminoasă ca o lună plină. Era încântat de ce făcea, de munca lui, și se bucura că poate să dea o părticică din el

pentru toată lumea de acolo. Nu și-a cerut scuze pentru lipsa de condiții, lipsa de bani și alte o mie de lucruri, cum se întâmplă de obicei. A stat în permanență cu noi, nu ne-a sâcâit cu bunăvoința lui, ci s-a comportat ca o mamă care urmărește cu un zâmbet senin cum mănâncă copilul ei și gândește: „*Jdănâncă cât vrei, puiule, și să-ți dea Dumnezeu fericire*” T

Iubirea ce emana din el ni s-a transmis și nouă prin mâncare. Era excepțională.

În zilele când era de serviciu acest bucătar, coada de la intrarea în restaurant se mișca mai încet. Și nu pentru că toți stăteau liniștiți la masă și mestecau mai încet mâncarea. Fără să-și dea seama, oamenii se delectau cu mâncarea, le plăcea compania, se plăceau pe ei înșiși și deveneau visători. Cei care așteptau să le vină rândul să ocupe o masă nu se grăbeau să iasă afară la soare, intrau în conversații animate unii cu alții.

Totul se întâmpla datorită iubirii bucătarului. Bucătarul, un om de vârstă medie, plinuț, arăta și seara la fel de radios ca în timpul zilei, doar picioarele, zicea el, parcă au cam obosit.

Omul modern se grăbește să obțină cât mai mult și cât mai repede. Viața s-a transformat într-o goană, indiferent cu cine și cu ce. Cel care se grăbește nu înțelege de ce nu obține ce dorește. Nemulțumirea își face treaba rapid. Setea de câștig distruge atât demnitatea, cât și valorile.

Graba se petrece din frică. Frica de a întârzia te obligă să alergi și cu toate astea omul întârzie. Frica de a nu fi păcălit te obligă să dai din coate, cu toate astea omul rămâne păcălit. Iar frica de a scăpa ceva important din cauza somnului te duce la insomnie. În final, chiar dacă rămâne treaz, oricum scapă ceva important. Asta e frica!

Eliberați-vă de frică și de setea de a câștiga, eliberativă de lăcomie, de invidie, de insatisfacție, de neștiința de a vă bucura și de teama că nu sunteți în stare. Înarmați-vă cu tenacitate și determinare.

Valorile vieții trebuie căutate

Orice întreg are binele și răul său. A face o apreciere unilaterală este o prostie. Prostul învață prin suferințe.

Cine apreciază pe alții, cine pune într-adevăr preț pe realizarea altcuiva, dar nici nu închide ochii la defectele lui, acela își înalță demnitatea, căci cine înalță pe altul, se înalță pe sine. Cel care nu apreciază pe alții, se coboară pe el însuși. Aici se ascunde nerealizarea ca personalitate, spaima că *cineva este mai bun decât mine*.

Nu confundați, vă rog, adevărul cu minciuna. Lumea e plină de palavragii care se laudă între ei. Și cei care se supraapreciază sunt din ce în ce mai mulți. Adevărata valoare nu are nevoie de reclamă.

Cerința din lumea fizică – *de a fi mai bun* – nu are nicio valoare în lumea spiritului. Acolo nu există lupta pentru întâietate. Acolo, fiecare are drumul lui, necesar lui însuși și în același timp tuturor.

La fel se întâmplă și în lumea fizică, dar noi nu înțelegem. *Oricum eu sunt mai bun decât el*. Apoi apare altul și mai bun și lupta continuă.

Binele și răul formează o unitate în toate. De exemplu, cărțile din domeniul spiritual sunt foarte accesibile și asta este rău, deoarece, citind prea multe, capacitatea de a gândi se poate bloca. Mai ales atunci când cititorul consideră că un autor are mai multă dreptate decât altul, fără să știe să selecteze ce îi este necesar.

Fiecare carte îți dă câte ceva, dacă o treci prin sufletul tău ca să găsești sămânța pusă acolo pentru tine. Pentru asta e nevoie să gândești.

A citi fără a cugeta este un nonsens învățarea pe de rost, dogmatică, a cunoștințelor religioase este un nonsens. Unii se pot supăra dacă cineva îi roagă să-i explice ceva. Consideră că e lipsă de credință și cu un necredincios trebuie să fii foarte sever. Istoria războaielor religioase ar fi trebuit să ne învețe multe lucruri, dar încă n-am învățat. Cine se consideră mai înțelept decât ceilalți, este orb și esența lucrurilor tot n-a găsit-o. Iertați-l și nu vă veți mai simți iritat.

Cineva care citează din operele unor autori renumiți, poate să lase impresia că este un om inteligent, dar nu-i servește la nimic. Dacă cineva citează din Biblie, nu înseamnă că deja este un om credincios.

Îi întreb câteodată pe bolnavi: „*Cum se împacă soțul (soția) cu mama dumneavoastră?*” – „*Bine, fiindcă mama este credincioasă*”-mi se răspunde, ca și cum cu asta mi-a spus totul. Transformând credința într-un scut, fiul sau fiica închid ochii la greșelile mamei și nu permit ca familia lor, lipsită de apărare, să fie desconsiderată. Cel mai mult suferă copiii. Pentru timpurile noastre este tipică și situația inversă, când copiii unor părinți atei, în speranța că vor fi apărați, se lasă atrași de diverse secte religioase și este foarte greu să mai fie scoși din ghearele dogmei.

Omul căruia i-au fost insuflate idei dogmatice, devine un om crud, care se comportă necruțător cu cei de altă credință. Ar trebui să știe că nu din biserică pornește credința, ci din inima fiecăruia. Credinciosul, care după slujbă începe să bârfească sau se ia la bătaie, n-a priceput nimic nici din credință, nici din el însuși.

Adevăratele valori ale vieții nu sunt la vedere. Cine și-a creat o aureolă de om fără păcat și impune și celorlalți înțelepciunea lui, adăugându-și și titluri, sigur va păcătui cândva.

Adevărata esență a vieții poate fi descoperită prin eliberarea de rău. De aceea, nu spuneți că răul, care vă este propriu și dumneavoastră și celor dragi, nu există, învățați să înțelegeți valoarea lui educativă și eliberați-vă de el prin iertare.

După ce vă veți fi eliberat, răul va străluci ca o piatră prețioasă.

Profunzime și superficialitate

Deseori sunt nevoită să-i supăr pe oameni, când le spun că atotștiutorii sunt, de regulă, superficiali. Majoritatea lor își cunosc propriul caracter și în viața de zi cu zi se consideră persoane cu un cerc larg de interese. Le este greu să-și corecteze viața și sănătatea prin iertare, fiindcă nu au destulă răbdare să facă ceva temeinic. „E

nevoie și de oameni ca mine” - se justifică ei. Așa este, numai că rezultatul este pe măsura muncii pe care au depus-o.

Aș dori foarte mult, dar probabil, n-o să pot” - îmi spune cineva, care este un om bun, dar care caută să nu arate că este enervat. Dacă vă cunoașteți bine, veți putea, dar trebuie să exersați. Viața este și ea o școală și la școală, dacă nu știi, ei o notă proastă și nu reușești până nu înveți.

Un om profund poate să nici nu știe că este profund, dar tot ce întreprinde duce până la capăt. Și dacă face ceva în fugă și nu-i reușește, va încerca până va reuși. Nu se va precipita imediat să caute alte posibilități. El știe că doar prin perseverență îți atingi scopul.

Un om superficial trece de la o idee la alta. Nu știe să-și asculte conlocutorul, în schimb știe să vorbească. Vrea să vadă rezultatul înainte de a începe. Nu știe să-și asculte simțurile și de aici nesiguranța în rezultatele muncii lui. Nu este capabil să-și dezvolte logic o idee - nu-i stă în fire să cugete, fiindcă își recunoaște doar pozitivismul și își neagă negativismul. Vede greșelile altora, dar la ale lui nici nu vrea să se gândească - că doar este un om bun.

Aceste defecte constituie principalele stresuri ale oamenilor superficiali, stresuri ce așteaptă să fie eliberate. Și atunci nu veți mai fi nevoiți să vă îndoiiți de forța iertării. Superficialitatea este o trăsătură feminină, caracteristică persoanelor emoționale care caută în viață calea cea mai ușoară.

Întrucât în cartea mea v-am relatat nu numai despre logica vieții spirituale a omului, dar și despre învățătura lui Hristos despre Iertare, aveți în vedere următorul lucru: cunoașterea este corectă, atunci când ea acționează în practică. Iar în practică ea acționează numai la cei care au înțeles. Înțelege numai acela care nu are rațiunea blocată. Rațiunea este blocată de frica că *nimeni nu mă iubeste*. Iubirea nu trebuie confundată cu sexul. Cine nu are această frică, înseamnă că frica lui a crescut și s-a

transformat în răutatea că „*nimic nu e cum aş vrea eu*”.

Prin iertare se acumulează experiență de viață, sau înțelepciune, dacă omul trece totul prin sufletul lui. Munca spirituală trebuie făcută din toată inima. Dacă ea va fi făcuta conștiincios, bizuindu-te doar pe rațiune, corpul tău nu va fi pătruns de acea energie a iertării, care se simte la modul fizic, nu va apărea eliberarea, ușurarea, și ameliorarea sănătății. „*Credința trebuie să plece din inimă, nu din rațiune, atunci este credință și numai atunci este eficientă*” – i-am spus odată, demult, unui străin care vorbea tot timpul despre credința și spiritualitatea lui, în timp ce el era bolnav de cancer. Eram atunci la începutul drumului meu și argumentele lui m-au pus în încurcătură, eu nefiind sigură pe mine. Am rostit acest scurt adevăr și am înțeles imediat – mă ajutaseră mentorii mei spirituali.

Acest om nu a înțeles adevărul meu, care era simplu, dar nici nu mai avea timp să aștepte. Ar fi meritat să fie ajutat rapid, în această viață. Era un om foarte citit, urmașe tot felul de cursuri, pentru a-și perfecționa cunoștințele, dar oricât de complexe ar fi fost ele, nu se înscriau în structura simplă a corpului omenesc și a vieții.

M-a privit îndelung, fix în ochi și ochii i s-au umplut de lacrimi. N-a scos nicio vorbă, s-a ghemuit în scaun, a stat pe gânduri, apoi dintr-odată și-a îndreptat spinarea și mi-a spus scurt: „*Ai dreptate*”. Nu i se spusese un lucru atât de simplu. Dar un om deștept este totdeauna receptiv la ceva nou, chiar și atunci când este spus de cineva mai prost ca el.

A.

Rațiunea este proprietatea creierului fizic. Înțelegând esența credinței, ea ridică esența umană la un nivel nou, mult mai înalt.

Despre iertare, cea corectă și cea incorectă

Mi se pune întrebarea: „*Ce ziceți, e bine cum iert?*”
Sunt nevoită să răspund: „Nu e bine. V-ați iertat mama și tatăl ca să vă însănătoșiți dumneavoastră. Când o să-i iertați pentru ca lor să le fie bine, atunci va fi cum trebuie. Și atunci o să vă faceți și dumneavoastră bine”.

Așa este în viață, i se dă celui care dă, cel care ia rămâne cu mâna goală. Ați apărut pe această lume ca să ispășiți răul părinților. Iertându-vă părinții, scăpați de propriile neajunsuri, le faceți lor un bine și veți primi și dumneavoastră însutit.

La fel trebuie iertate și stresurile, mai bine zis, să le cereți iertare că le țineți captive și atunci ele se vor descătușa. Dacă unui gând rău îi veți spune drum bun, el o va lua pe drumul cel bun. Dar dacă vă veți obliga să-i cereți iertare, strângând din dinți, nu veți avea niciun rezultat. Buna dumneavoastră intenție nu este suficientă.

Trebuie înțeles că noi venim pe această lume ca să învățăm. A învăța înseamnă a conștientiza obstacolul și a-l elibera.

Omul care năzuiește să aibă o viață ușoară, în realitate nu știe ce vrea. Așa-numita viață ușoară este un drum fără opreliști. O viață plină de bucurii, o viață fără nicio piedică o au doar idioții. Doriți o asemenea viață?

Cu cât omul dorește mai mult o viață ușoară, cu atât atrage mai mult ceea ce dorește, până când rațiunea se degradează, ajungând la nivelul unui idiot. Priviți femeile în vârstă oare suferă de tulburări de memorie, de ateroscleroza creierului și, în cele din urmă, de așa-numitul marasm senil - ele au primit ce și-au dorit. Viața le hărăzise multe obstacole, ca să învețe să simtă bucurie de pe urma faptelor și realizărilor lor, iar ele oftează după drumul de aur al vieții lor, până când corpul le va oferi acel ceva după care au tânjit. Acum nu mai au necazuri pentru că nu mai au memorie, pe care noi o numim rațiune. La bărbați acest lucru se întâmplă mai rar.

Cine așteaptă ziua de mâine fără să țină cont de greutatea ei, ci mai ales pentru greutatea ei, acela își va păstra mintea limpede până la adânci bătrâneți. Nu trebuie să ne ferim de greutate, nici pe noi, nici pe alții. Rostul lor este să ne pună la încercare și să ne facă mai înțelepți. Cine vrea să fie bun pentru alții, face totul pentru ei și nu-i lasă și pe ei să facă eforturi, le face rău, fiindcă îi privează de experiența vieții. Nimeni nu-i va spune

mulțumesc. Sau, de exemplu, dacă un copil vrea să-și dezvolte inteligența, grija excesivă a mamei lui sau a tatălui îl enervează, fiindcă el nu vrea să ajungă un idiot. Părinții trebuie să-l înțeleagă și să nu-l considere un ingrat.

Evident că există și oameni leneși, cărora le place confortul, care cu mare plăcere îi lasă pe alții să îi servească și care nu se îngrijorează deloc de faptul că își încetinesc dezvoltarea rațiunii. Cei care, sub masca bunătății, contribuie la o astfel de îndobitocire, vor fi pedepsiți de viață, căci viața este locul în care se sporește înțelepciunea. Ea nu te întreabă dacă știi ce este bine și ce este rău, ea te învață.

Există și oameni hiperactivi care sunt gata să facă orice pentru a merge înainte în viață. Mă uit la ei, îi ascult și mă minunez de modul în care se ocupă ei de iertare. Iertarea trebuie să fie sfântă, așa cum este și viața, nu poți s-o înveți la repezeală. Iertarea făcută în fugă seamănă cu o promisiune politicoasă pe care o uiți imediat, o faci doar ca să arăți ce caracter frumos ai. Iertarea făcută cu superioritate arțăgoasă, cât o fi ea de sfântă, se duce în patru vânturi. Dumnezeu vede că, de fapt, omul nu vrea să se schimbe. La ce bun liniște sufletească, dacă el, omul, simte nevoia să fie materialist, să intre în cursa cu obstacole! El vrea să își arate puterea, vrea să strălucească, să primească onoruri și în același timp vorbește atât de bine, cu atâta evlavie despre iubire și despre iertare, încât îl privești cu admirație, ca în clipa următoare să înceapă să-l înjure pe cel care nu l-a înțeles sau nu a avut chef să-i înțeleagă ordinul. Fie că este vorba despre un copil sau un subaltern – ei nu pot să acționeze corect, deoarece în caz contrar, ahtiatul după putere nu ar mai putea să urle la ei.

Poți să stăpânești în mai multe feluri, și în ce te privește pe tine însuși și pe alții.

< *Citește cu din viață*

Acum câțiva ani l-am ajutat să se vindece pe un bărbat cu insuficiență renală, care vorbea foarte frumos

despre iertare și spunea că sănătatea i s-a ameliorat grație iertării, în corpul lui se produsese schimbări mari, în special în ficat, dar nu erau suficiente pentru ameliorarea substanțială a sănătății.

I-am spus că încrederea lui în puterea iertării este încă slabă și superficială, dar n-a fost de acord, fiindcă, după părerea lui, această teorie este foarte corectă și acum el înțelege altfel viața. Era un om bun, politicos. În clipa următoare însă, vorbea despre implant de rinichi. N-am reușit să-l conving că rinichii s-ar vindeca, dacă el și-ar aduce aminte și s-ar elibera de stresurile pe care dorea să le depășească prin răutate și dacă, prin iertare, s-ar elibera de lupta dură cu viața.

El n-a înțeles că pentru a fi mai presus de rău, trebuie să-ți fie și mai rău, iar pentru a fi mai presus de frică, trebuie să devii rău. La orice nedreptate reacționa ca un butoi cu pulbere.

A venit odată la mine cu fiul său de zece ani. Copilul stătea cuminte, foarte liniștit și asculta ce îi spuneam tatălui său. Era un copil speriat de muștruluiala părinților. Apropo, copiii se tem cel mai mult de moartea părinților. Am văzut cât de superficial îmi asculta tatăl sfaturile pe care eu i le dădeam pentru a se putea vindeca și am înțeles că strădaniile mele sunt zadarnice. Deodată, bărbatul a urlat înfiorător: *„JBăiete, ascultă ce spun oamenii deștepți și învață, ca să nu faci în viață aceleași greșeli”*. El n-a înțeles că în aceeași clipă rațiunea fiului s-a blocat – tonul brutal l-a speriat și l-a înfuriat pe copil; el nu putea să mai primească sfatul bun al tatălui său. Îl educaseră într-o atmosferă de permanentă tensiune.

Bărbatul înțelegea că boala sa de rinichi era rezultatul spaimelor trăite de el în copilărie. Dar nu înțelegea că își extenuază copilul la fel cum se procedase cu el, nu înțelegea că vindecarea lui ar fi fost pentru copil cea mai bună lecție de înțelepciune. Îi ordona fiului să învețe din vorbe și nu din fapte și nu înțelegea că rezultatul obținut era opus celui dorit. Își iubea copilul, dar nu se iubea pe el. Cine nu știe să se iubească și să se

respecte pe sine, nu știe nici să-i iubească pe alții.

Viața trebuie să fie o mișcare în linie dreaptă. Principiile de viață trebuie să fie clare, curate, oneste, sincere și fără gânduri ascunse. O coloană vertebrală dreaptă arată concepția de viață a omului, care, la rândul ei, își are începutul în tată.

Fiecare om reacționează în felul său la obstacolele vieții.

Imaginați-vă că niște oameni merg pe drum și în fața lor apare ca din senin un munte. Reacția va fi individuală și caracterizează convingerile fiecăruia.

Primul se sperie, îngheață pe loc, îl apucă disperarea și îi este frică să înainteze. Viața lui se oprește. Mai devreme sau mai târziu el va pieri, fiindcă energia vieții trebuie să se afle în mișcare. Stagnarea înseamnă pieire. Spaima a stins lumânarea vieții.

Al doilea nu stă mult pe gânduri și ia cu asalt obstacolul. Adunându-și forțele, el urcă pe vârful muntelui, apoi coboară ca să-și continue drumul vieții. Dacă acest om își va analiza realizările și va observa că distanța parcursă nu este egală cu forțele irosite, putem spera că el va rămâne pe gânduri.

Al treilea vede în obstacol un dușman. Se avântă în luptă ca să-l lichideze, dar nu înțelege de ce muntele devine și mai mare, fiindcă nu știe că el însuși își cultivă răutatea. S-ar putea să distrugă obstacolul, dar se va distruge și mai mult pe sine. Nu este obligatoriu ca propria pieire să se vadă imediat.

Al patrulea se crede mai deștept și mai inventiv sau mai nefericit și mai neajutorat decât alții. Acesta încearcă să ocolească obstacolul și se grăbește să-și reia drumul. Dar, imediat descoperă un nou obstacol și acum este nevoit să caute o altă cale de ieșire. Începe să alerge în jurul obstacolului și n-are timp să privească în urmă ca să tragă o concluzie din ce a realizat. Pentru el graba este un fel de onoare și o mândrie și nu observă că înaintează încet pe drumul vieții. Pentru a mări viteza și a-i depăși pe alții începe să facă tot felul de combinații, să aleagă căi greșite

și începe să se clatine pe drumul vieții, își irosește în zadar o cantitate mare de energie și strâmbarea coloanei lui vertebrale reflectă principiile lui de viață.

Al cincilea depășește obstacolul și își spune: *„Eipoftim! Asta e semnul prostiei mele. Am făcut ca lecția mea de viață să fie atât de mare încât mi-am înădădit eu însumi drumul. Trebiăe să-mi corectez singur greșelile”*.

El îi spune obstacolului: *„Dragă învățătorule, indiferent cum ți se spune și de unde ai apărut – din sentimentul de vinovăție, din frică sau din răutate, te iert că ai apărut în calea mea. Înțeleg că ai apărut să mă înveți. Dragă învățătorule, iartă-mă că nu am învățat până acum lecția pe care mi-ai dat-o. În loc să învăț și să devin mai deștept te-am transformat în prizonierul meu și, asta sunt eu, te-am crescut până când tu mi-ai dat un semnal despre greșelile mele sub formă de boală. Erai ca un fir de nisip, iar eu am adunat cu mâna mea noi și noi fire și te-am transformat într-un munte. Iartă-mă că abia acum mi-am dat seama de greșeala mea. Dragul meu corp! Iartă-mă că te-am făcut să suferi din cauza neglijenței mele”*. Așa se eliberează stresul și se vindecă boala. Muntele din fața lui dispare. Se poate merge mai departe.

Acest om merge pe calea lui încet, dar liniștit și rațional. Se oprește când trebuie să se gândească la ceva important, fiindcă știe să aplice în practică înțelepciunea vieții, în ochii unuia grăbit și agitat el trece drept un leneș fericit care are totdeauna noroc. Și asta îl supără pe grăbit.

Totodată, fiecare om este liber să aleagă cum să se miște pe drumul vieții și de asemenea este capabil să simtă puterea iertării sale. Ea poate fi incredibil de mare.

Voi da două exemple care pot fi instructive chiar și pentru cei mai materialişti oameni.

Odată, după o conferință, o femeie s-a apropiat de mine, mi-a arătat o piatră. La prima vedere nu mi-am dat seama că este un calcul biliar și ea m-a întrebat: *„Ce fel de răutate este asta?”* Am privit-o cu mimica unui om obosit și ea și-a dat seama că nu am recunoscut piatra.

A venit mai târziu la clinică, după operația de vezică biliară, și a început să se ocupe de eliberarea de stresuri, așa cum o învățasem eu. Peste câteva săptămâni a deschis cutiuța în care își păstra „prețioasele” ei pietre și a constatat cu stupeoare că pietrele s-au măcinat. Rămăsese întreagă doar cea mai mică. Femeia a dedus imediat că se măcinaseră pentru că ea își iertase răutățile. O cuprinsese o dorință înfocată de a se elibera și de ultima răutate, tare ca piatra – simțise în ea puterea forței iertării. Când a auzit cum se numește această răutate, a exclamat: „*Cum de nu mi-am dat seama! îmi aduc aminte foarte binev*”

O săptămână mai târziu a venit o altă femeie cu vezica biliară perforată din cauza calculilor. Făcuse complicații și fusese operată de două ori. Din cauza vomei slăbise foarte tare și abia se ținea pe picioare. Era și după două intervenții chirurgicale. A învățat foarte repede să ierte. Peste o săptămână, când a venit iarăși la mine, i-am povestit întâmplarea cu prima femeie. Mi-a spus: „*Aha, de aceea piatra mea cea mare s-a sfărâmat în aceste ciudate pietricele rotunjite*”. Văzusem piatra cea mare cu un diametru de 2 – 3 cm – era tare, foarte tare; ca să o spargi ți-ar fi trebuit un ciocan mare. Femeia asta auzise multe lucruri despre iertare, și se ajuta, dar, din păcate, o făcea numai ca să-și continue și mai necruțător lupta ei cu viața. Piatra de încercare pentru ea era autoritatea excesivă a mamei ei, care se purta rece și exigent față de necazurile altora, inclusiv ale fiicei sale. Lupta comună a acestor două pietre tari le-a adus pe ambele femei într-o situație foarte gravă.

Despre oamenii minune fără cusur

Mi se întâmplă foarte des să am lungi discuții lămuritoare – care oferă și posibilitatea de a opta – cu unii bolnavi care sunt *ideali*.

Pe cine numesc așa și de ce?

Este vorba despre omul care stă în spatele zidului său energetic, ca și când ar aștepta să fie atacat, nu-mi urmărește gândurile, ci, dimpotrivă, așteaptă sfârșitul discursului meu ca să spună iritat: „*Eu nu am astfel de*”

stresuri! Eu nu învinuiesc niciodată pe nimeni și nu mă supăr niciodată. Iar părinții mei nu au nimic de-a face cu asta, eu nu i-am mai văzut demult. După câte îmi amintesc, mama mea a fost totdeauna bună”. O afirmație atât de categorică, care nu admite nicio replică, este o lipsă de dorință de a-ți recunoaște propriile greșeli. Aceasta este a doua față a refuzului de a ierta. Dacă eu nu am făcut greșeli, atunci nici nu am de ce să iert!

Rețineți că unicul păcat pe lumea aceasta îl constituie refuzul de a ierta!

Apare din ce în ce mai des situația când nu-ți găsești cuvintele, iar intonația nu este înțeleasă. A-i spune verde-n față unui astfel de om nu se poate – se supără. Iar el nu consideră supărarea ca fiind o răutate. Teama lui că cineva îi vânează greșelile se transformă în răutate, dar și acest lucru îl neagă. Stă încăpățânat în spatele zidului său, mijind ochii cu răutate, și nu este în stare să recunoască că el singur a venit la mine, din cauza bolii, și că nu l-am chemat eu.

Nu vorbesc despre materialistii care încă nu au ajuns la înțelepciunea spiritului, ci despre oamenii care se autointitulează spiritualizați. Sunt spiritualizați în sensul că și-au dat seama care este direcția, dar trebuie să scape de defectele de vedere spirituală, în caz contrar, în curând, nu vor mai putea distinge nici direcția.

Mă neliniștește serios acea euforie cu care tineretul se mișcă pe drumul spiritualității. Întrucât cei vârstnici îi consideră întotdeauna ca o generație pierdută, tinerii au avut dintotdeauna dorința de a dovedi contrariul. Și întrucât vârstnicii se consideră invariabil mai înțelepți, nu-și găsesc răgazul să-și reconsidere în mod critic hotărârea. Acțiunile tinerilor se transformă într-o goană rapidă după propriul țel, asemeni unor cai ce galopează cu ochelari la ochi și emoțiile îi orbesc, îngustându-le și mai mult câmpul vizual și așa redus. Și dacă pe marginea drumului spiritual se ivește un om în vârstă, care le dorește cu adevărat binele și care încearcă să mai încetinească năzuința superficială a tinerilor, atunci, în cel mai bun caz, este pur

și simplu luat în derâdere sau în cel mai rău caz, i se pune piedică.

Dacă tânărul nu vrea să recunoască faptul că experiența lui de viață constituie o valoare și face pe deșteptul, atunci atrage asupra sa lecția suferințelor. Din păcate, numai un înțelept știe că din fiecare prostie are ce învăța.

Impetuoșitatea nu este o caracteristică a tinerilor. Impetuoșitatea este frica de a nu *întârzia*, de a nu *rămâne cu buzele umflate*. Oameni impetuoși se întâlnesc peste tot în drumul vieții, și în mișcarea spirituală, și ei pot fi recunoscuți după faptul că sunt fals patetici, nemulțumiți, veșnic grăbiți, exagerați, lăudăroși și hiperemoționali.

Unii pășesc atât de euforici pe calea spiritualității părăndu-li-se că văd succesul, încât încep să gonească înaintea cu viteză, și acest lucru nu le permite să înțeleagă că demult s-au abătut de la drumul drept și acum se află pe o cale greșită. Cel care își închipuie că prin el ar curge negativitatea altora, merge pe o cale greșită până va înțelege că el însuși, prin gândurile sale rele, atrage răul. Extazierea în fața propriei persoane este un lucru periculos, de aici crește invidia pe cei mai norocoși, nemulțumirea față de cei care nu-i apreciază calitățile sale excepționale și setea de răzbunare, care nu are un destinatar concret. *Cineva trebuie să fie vinovat!*

În caruselul vieții, alții se dovedesc a fi atât de prinși de energia lor nepotolită, încât nu există lucru despre care ei să nu aibă de spus un cuvânt cu greutate. Slăbiciunea emoțională orbește. Unui astfel de om mersul uniform spre o cunoaștere profundă îi este necunoscut. El nu stă o clipă să se lămurească ce e cu bolile și cu necazurile, atât ale lui, cât și ale celor din familie ca, prin intermediul lor să capete înțelepciune. Calul iute – sufletul – îl poartă pe calea alunecoasă a emoțiilor, iar spiritul privește trist de pe margine și așteaptă.

Mișcarea este baza existenței spiritului, stagnarea înseamnă moarte.

Mișcarea noastră pe drumul vieții este determinată

de scopul pe care îl are spiritul. De aceea este foarte greu să schimbi convingerile omului. Acest lucru nu-l pot face nici ceilalți oameni, nici schimbarea orânduirii de stat, îl poate face doar omul însuși, dacă se cunoaște pe sine și dacă își cunoaște locul în lume.

Poți să schimbi direcția, ca girueta, poți să-ți ascunzi scopurile de dragul avantajelor materiale, dar spiritul are scopul său - să învețe și, dacă lecția vieții nu a fost însușită, atunci, cândva, la momentul potrivit, se va deschide din nou ușa tainică a fostelor convingeri.

Atunci se vor face auzite diverse aprecieri. Unii vor spune: *„El a devenit deja un om atât de bun. A câștigat încrederea tuturor”*. Alții vor spune: *„În sfârșit, a redevenit un om normal. A fost complet fals, mai bine să fie așa cum este el de fapt”*. În prima categorie intră cei care se pretează la înșelătorie și își vor primi lecția de viață prin înșelătorii. A doua categorie pornește de la realitate și apreciază sinceritatea. Lor le va fi mai ușor să-și însușească înțelepciunea pe care o caută. Dacă vor gusta din fructele amare oferite de lecția aspră a convingerilor lor, vor deveni exact opusul și vor fi fermi în alegerea drumului.

Astfel, dintr-un infractor poate să se nască un sfânt, dintr-un procuror sever - un învățător blând. Prin purificare sufletească acești oameni au trecut de la nivelul emoțiilor la cel al sentimentelor. Ei nu vor mai spune: *„Cred că...”* Vor spune: *„Eu știu”*.

Ce este emoția și ce este sentimentul?

„Ce diferență este între ele?” - vor întreba cu uimire cei care ar vrea să se certe cu mine și să demonstreze că este același lucru. Obiceiul de a pune semnul egalității între cele două noțiuni provine din faptul că nu obișnuim să cugetăm asupra gândurilor noastre. Noi, așa numiții oameni civilizați ai secolului al XX-lea, ne-am dezobișnuit să facem acest lucru.

După părerea dumneavoastră, ar fi putut să supraviețuiască strămoșii noștri fără să știe de viața sufletească și fără să cugete asupra ei? Ei ne-au lăsat ca

moștenire o înțelepciune nepieritoare, iar noi nu vrem să o folosim, deoarece, chipurile, noi i-am depășit. Dați-ne alta, mai nouă! Este o realitate că omenirea devine tot mai matură, dar nu mai înțeleaptă – noi nu facem decât să ne complicăm viața și considerăm că asta este înțelepciune. Confundăm rațiunea cu înțelepciunea vieții. Din cauza progresului tehnic rapid dezvoltarea spirituală a fost încetinită, fiindcă am început să negăm spiritul. Credința s-a transformat într-o modă ce a cuprins mase mari de oameni și toată lumea se bucură de această iluzie. La fel și biserica.

Care este folosul unei credințe lipsite de sens? Căutăm în permanență ceva nou, ceva care să ne atragă și aruncăm la lada de gunoi vechile înțelepciuni.

Ni se pare că meditația, răspândită în toată lumea pornind din țările din Orient, este ceva nou. În realitate însă, meditația este o denumire străină și înseamnă cugetare. Nu este altceva decât o noutate veche, venită la noi din Orient, întrucât tradițiile și obiceiurile din țările calde se deosebesc de ale noastre, meditația a fost și ea preluată și percepută ca un fenomen misterios și tentant.

Cred că experiența cugetării, specifică fiecărei țări și fiecărui popor și care s-a format în decursul mileniilor, trebuie să fie mai apropiată în spirit și mai eficientă. Noi am crescut, ca și plantele, pe un anumit sol și numai el ne poate ajuta să facem boboci mulți și să înflorim. Dacă vom împrumuta, fără să gândim, tot ce este străin, nu vom învăța. Și a învăța doar pe jumătate este un lucru nociv.

Sfârșitul secolului al XX-lea are nevoie de descoperirea rațiunii și valorificarea uriașelor posibilități ale creierului.

Omul din Nord trăiește în frig, întuneric și izolare.

Aceste condiții sunt favorabile pentru dezvoltarea rațiunii.

Iertarea este o soluție la nivelul sentimentelor prin rațiune și cu ajutorul rațiunii.

Sentimentul este liniște sufletească, iar meditația este dezlănțuirea simțurilor. Este ca un val ridicat de un

vânt puternic. Sentimentul și emoția sunt cele două laturi ale lumii simțurilor.

Omenirea trăiește la nivelul emoțiilor. Fără a fi conștienți, noi năzuim spre un nivel profund al sentimentelor. Câteodată însă, doar vorbim despre sentimente, în realitate tânjim după emoții mari și frumoase. Unii le doresc cu înfocare, alții se tem de ele. Pentru unii un sentiment mare înseamnă emoție, pentru alții emoția este un sentiment. Sunt cei doi poli opuși ai aceluiasi întreg.

Cel care a ajuns să facă deosebirea de principiu între ele, se va înțelege bine pe el însuși și-i va înțelege și pe ceilalți. În linii mari, ca oameni, suntem foarte asemănători. La o examinare mai atentă suntem însă foarte diferiți. Deși ne considerăm deștepți, toți mai trebuie să învățăm.

Copilul spune: „Știu”.

Tânărul spune: „Știu”.

Bătrânul spune: „Știu”.

Cel cu studii primare spune: „Știu”.

Cel cu studii superioare spune: „Știu”.

Înțeleptul spune: „Știu”.

Savantul spune: „Știu”.

Cel cu capacități extrasenzoriale spune: „Știu”.

Și pe câte tonuri se poate spune! Unii își expun cunoștințele cu atâta claritate și atât de prietenos, încât te atrag. Alții scot pe gură câte un porumbel de nu-ți mai vine să mai spui nimic.

Omul care a devenit mai înțelept datorită experienței lui de viață, adică omul spiritualizat, nu spune nimic - el știe.

Toată lumea știe, dar cunoștințele fiecăruia, chiar în același domeniu vor fi diferite. Un om cu adevărat deștept nu-și va sublima deșteptăciunea, pentru că cel care vede, vede și așa, iar ce vede un orb - nu mai are importanță.

Imaginați-vă o sală de conferințe înțesată de lume și toți îl urmăresc pe conferențiar. Niciunul nu-l va vedea la fel ca celălalt, fiecare vede în felul său, de la nivelul său. Și

dacă ai cere părerea fiecăruia, deosebiri ar fi și mai frapante, întrucât aprecierea este influențată de caracterul omului, de experiența lui de viață, de emoții și sentimente.

La fel și cărțile. De exemplu, cea pe care o aveți acum în mână. Unul va râde, altul va plânge, altul se va supăra, altul se va bucura, fiindcă și-a găsit un suport ca să poată merge mai departe. Unii vor fi disperați după ce vor descoperi câte greșeli au făcut în viață. Alții vor fi revoltați, fiindcă au reținut din carte că li s-a pus eticheta de om rău. Iar alții, mulți, nici nu vor pune mâna pe ea. Și-au format deja o părere, auzind ce spun alții. Pe foarte mulți, după ce au citit cartea, i-a apucat frica la gândul că iertarea nu stă în puterea lor – încă mai confundă unele lucruri și Dumnezeu știe ce se poate întâmpla...

Spaime, spaime, spaime! Nici nu apuci să te pregătești mental pentru iertare și imediat apare spaima și distruge complet toată minunea.

Uitați-vă câte emoții! Trăim la nivelul emoțiilor, luptăm cu dușmani inexistenți și nu ne dăm seama că noi i-am inventat.

Mulți îmi spun: *Mulțumesc pentru carte! Acum știu de unde vin necazurile mele. Până acum am bănuț doar, acum știu*". În ultima propoziție se formulează clar ce ne caracterizează pe noi toți – la nivelul simțurilor suntem înștiințați sub forma unei bănuțeli, dar nici până azi oamenii nu cred în ea., *Imediat după ce am citit cartea, am și crezut*".

Lipsa credinței este problema omului contemporan. Cel care și-a însușit filosofia vieții în școală are nevoie de cunoștințe solide – aceasta este caracteristica vremurilor noastre. Când cunoștințele sunt foarte concrete și pot fi folosite, ele vor fi asimilate imediat. Și, fără să se aștepte, omul crede în bine. După câteva luni, viața și sănătatea lui se normalizează rapid. I se întărește tot mai mult convingerea că aceste cunoștințe îi dau posibilitatea să se vindece cu ajutorul gândurilor.

Cunoașterea este știința de a merge în direcția bună. Cunoașterea îți dă liniște sufletească.

Liniștea sufletească este un sentiment.

Dezvoltarea universului de sentimente începe cu liniștea sufletească în sensul unei înțelepciuni din ce în ce mai mari în universul spiritual. Până atunci, omul, fiind prizonier al emoțiilor, va continua să vâneze impresii, să admire strălucirea aparentă și să fie atras de bunăstarea materială, spunând în același timp despre el că este omul sentimentelor.

Cu cât bogăția este mai mare, cu atât mai mari sunt emoțiile și mai mici sentimentele. Cu cât dorim mai mult bunăstarea, cu atât ne îndepărtăm de lumea sentimentelor.

Noi numim emoțiile sentimente și este o mare greșeală. Cu cât omul este mai spiritualizat, adică cu cât experiența lui de viață este mai mare, cu atât va avea mai puține emoții și cu atât mai profund va fi universul sentimentelor lui. Cineva care se află într-o criză emoțională poate să-l eticheteze pe un înțelept, fără să-și dea seama că aprecierea lui este de fapt o reflectare a propriului nivel. Numai o persoană emoțională face aprecieri, compară, se ia la întrecere, dorește cu înfocare onoruri și glorie. Pentru un om obișnuit înțeleptul este plicticos și insensibil.

Gândiți-vă un pic la emoțiile pe care le aveți. Luați, de exemplu, frica. Imaginați-vă că vă aflați undeva într-un loc lugubru de unde nu puteți ieși și țineți minte această senzație.

Acum imaginați-vă frica la nivelul sentimentelor. Vă aflați în același loc, dar de această dată sunteți un înțelept. Știți totul despre acest loc lugubru și stați acolo într-o stare de totală liniște sufletească. Nu aveți alt sentiment? Nu este oare o înțelegere calmă a ceea ce înseamnă frică? Este cunoașterea cea care îi dă înțeleptului liniște sufletească? Acesta este sentimentul.

Dacă nu aveți imaginație, închipuiți-vă că sunteți victima unui incendiu. Și apoi că sunteți pompierul care știe ce înseamnă focul și care în toiul incendiului se comportă rațional. Dacă, acolo, el s-ar lupta cu propriile lui frici, incendiul ar lua amploare.

Pentru o diferențiere și mai clară a emoției de sentiment, comparați prin aceeași metodă, de exemplu, sentimentul de vinovăție, răutatea, susceptibilitatea cu oricare alt gând exprimat mai simplu sau mai complicat prin cuvinte.

Și acum să ne gândim la iubire. Imaginați-vă iubirea la nivelul emoțiilor și apoi iubirea la nivelul sentimentelor. Prima produce excitație și fantezii erotice, după care urmează creșterea activității fizice, dezlănțuire și, în final, tristețe și o senzație de pustiire. A doua face ca sufletul să fie năpădit de o senzație de fericire nespuns de caldă și de înțelegerea faptului că iubiți și sunteți iubit. Nu poate exista altceva mai înălțător.

Dacă știm să delimităm emoțiile de sentimente, știm și să ne descurcăm în problemele noastre de viață. Dacă nu știm, va trebui să învățăm. Va trebui să ne obligăm să lucrăm asupra gândului și să o facem până când ne va fi ele. – că deosebirea.

Omenirea este ca o mare. Marea este perfecțiune. Ea este veșnic schimbătoare și totodată înfricoșătoare. Ea poate fi netedă ca oglinda și este de ajuns o pală de vânt, că au și apărut valurile. În scurt timp se poate dezlănțui furtuna. Marea este ca omenirea, tot ce este superficial stă la suprafață, tot ce este temeinic se află în profunzime. Evident există și niveluri intermediare.

Vântul este greutatea vieții, lecția de viață. Doar vântul face din emoții un stres. Stresul apare numai din emoții.

Cine și-a învins frica, a învățat să înoate.

Cine s-a eliberat de frică, a învățat să se scufunde.

Scufundători sunt însă puțini... Fundul mării este ca un vis. Nu oricine se încumetă să viseze, mai degrabă vor spune că nu – i interesează fundul mării, că și așa au destule griji pe uscat. Între nivelul emoțiilor și nivelul sentimentelor se află o barieră – frica.

Cine se încumetă și știe să se scufunde, nu va fi ajuns de furtună. Cu cât se va scufunda mai adânc, cu atât nu-i va mai păsa de furtună. Nici cel mai înalt val nu ajunge

niciodată la fund.

Suprafața mării este nivelul emoțiilor, care la fiecare pală de vânt răspunde prin valuri. Cu cât vântul este mai tare, cu atât mai puternice sunt emoțiile și acțiunea lor poate fi distrugătoare. Cu cât înotătorul este mai neștiutor, cu atât mai mult se teme pentru el și pentru ceilalți. Un om speriat își pierde capacitatea de a gândi, își pierde rațiunea. Evaluând totul de pe poziția lui, va vedea în orice scufundător pe unul care se îneacă și care trebuie salvat. Și nu este capabil să înțeleagă de ce cel care a fost salvat se smulge din mâinile lui și în final se supără că a fost salvat. La fel procedează și cei care, fără să întrebe dacă este nevoie de ajutorul lor, se consideră buni fără să-și dea seama că în realitate pe ei îi mână frica *de a fi rău* sau frica *nimeni nu mă iubește*. Această frică îți cere să fii bun, ceea ce n-ar fi rău în sine, dacă nu ar fi o frică ce te strivește. În acest caz, bunătatea este doar o aparență, un fals.

Fundul mării constituie nivelul sentimentelor. Cine s-a eliberat de frică, va fi capabil să se scufunde. Cu cât își va perfecționa mai rapid tehnica, cu atât va căpăta o mai mare îndemânare. Cu cât va dori mai mult să exploreze adâncurile, cu atât mai răbdător va năzui spre țelul său și cu atât succesul va fi mai mare. Așa se întâmplă cu toate în viață.

Acum, străduiți-vă să vă găsiți locul în această mare. Încercați să vă lămuriți de ce sunteți la acest nivel și ce probleme au apărut din cauza asta.

Fiți cinstiți cu voi înșivă și atunci îi veți putea înțelege și pe alții.

Feminitatea și masculinitatea ca atu sau armă

Majoritatea femeilor se află la nivelul emoțiilor și nu știu să-i înțeleagă pe bărbați.

Majoritatea bărbaților se află la nivelul sentimentelor și nu știu să le înțeleagă pe femei.

Și unii și alții au vâslit împreună acuzându-se reciproc, încercând să-l facă pe celălalt să semene cu el. Ducând dorul unor sentimente mari, se târăsc reciproc în

valurile dezlănțuite ale emoțiilor și se duc la moarte sigură. Primele care încep să acuze sunt femeile. Ele găsesc că soțul lor este insensibil, fără inimă, are obrazul gros, este grosolan, neșlefuit, nu iubește, etc. Tonul, la început glumeț, devine din ce în ce mai tăios deoarece, chiar dacă au fost semnale, soțul nu s-a corectat și nu a început să o iubească așa cum ar fi vrut ea. Destul de repede soțul găsește cum să-i răspundă și, de regulă, niciunul nu-și dă seama că celălalt rostește doar înțelepciunea lui de viață. Faptul că noi am venit pe lume doar pentru a învăța unul de la celălalt nu poate fi înțeles de niciuna din părți.

Dacă femeile ar fi conștiente de nivelul lor, ar înțelege că din punct de vedere spiritual ele sunt în urma bărbaților și, conform legilor vieții, cel care a rămas în urmă va țâșni mai repede în față. Atunci ele ar învăța cu râvnă din înțelepciunea de viață a bărbaților și nu i-ar mai potopi cu învinuiri. Comportamentul deosebit de activ al femeilor moderne confirmă această afirmație.

Să nu ne grăbim cu concluzia că femeile ar fi lipsite de sentimente, iar bărbații de emoții. În fiecare femeie există tatăl ei = spiritul ei și nivelul sentimentelor. Și în fiecare bărbat există mama sa = sufletul lui și, deci, nivelul emoțiilor. Grație spiritului său, fiecare femeie are scopuri bine determinate și vede viața în profunzime. Datorită sufletului său fiecare bărbat este neliniștit și vede viața în amploarea ei.

Natura ne-a dăruit totul - doar dacă am ști să înțelegem viața!

Bărbatul o privește pe femeie cum privește joaca valurilor pe mare și acest lucru îi produce emoții pozitive. Un bărbat deștept știe că nu există mare fără valuri și nu există femei fără emoții. Un bărbat deștept o învață pe femeie să se ridice la nivelul sentimentelor și face acest lucru în mod inteligent, fără să o umilească, fără să o forțeze, fără să o compare cu alte femei, fără să-i scoată în evidență prostia - într-un cuvânt, fără să-i provoace durere. Dacă prostul provoacă durere, deșteptul nu

răspunde cu aceeași monedă. Deșteptul are simțul propriei demnități, care nu-l lasă să strângă răutate în suflet și de aceea comportamentul lui este înțelept.

Bărbatul care are sentimentul de vinovăție și teama că *nu va fi iubit dacă nu-i face femeii pe plac*, îi oferă ei posibilitatea *să se salveze* și astfel el își blochează propria evoluție pe calea vieții. Acum, bărbatul are două posibilități – să lupte sau să se predea.

Tipul de luptător se înrăiește repede dacă îi apare o piedică în cale. El nu știe că răutatea apare numai la cel care nu este lăsat să înainteze. Răbufnirile de furie ale bărbatului. Manifestate prin bătăi, tortură, batjocură, nu sunt altceva decât un mod de a se elibera de răutate pentru a rămâne în viață. În aceste cazuri femeia are ocazia să audă cuvintele: „*nu ești femeie!*”. Frica reciprocă: „*nu mă iubește*” nu o lasă pe femeie să iubească și nu-l lasă pe bărbat să primească iubirea.

Cel care se predă se acumulează mai încet răutate deoarece, la început, femeia este mulțumită că soțul ei o ascultă, iar soțul, emoțional, devine ca o femeie și iubirea ei se stinge. Un soț mult prea bun nu va mai fi un adevărat bărbat. Când un soț este supărat, el mai este încă în stare să meargă înainte, curățându-și drumul prin forță, dar când se află sub papuc îi este sortit să piară și în același timp el distruge și soarta copiilor săi. Bolile lui sunt mult mai grave și mai periculoase, deoarece ele evoluează silențios.

Ascultarea exagerată și supunerea exagerată sunt periculoase mai ales pentru bărbați. Un astfel de bărbat va fi ca o mașină care funcționează bine în societate și în familie până se schimbă situația. Cu noua situație nu este în stare să se obișnuiască și atunci piere. Frica lui că *ceilalți nu-l iubesc* – de vreme ce el nu le mai poate face hatârul – îi blochează într-atât rațiunea, încât apare o deviere psihică sau o boală. Și atunci nimeni nu-i va mai putea dovedi că are nevoie de la el.

Dacă omul este neclintit în convingerea lui că iubirea este doar producție și consum de bunuri materiale, la

primul eșec sufletul lui se va sparge în bucăți. Pentru el viața își pierde sensul. Ce este aceea iubire - nu știe.

Criza profundă a materialismului scoate nemilos în prim plan acest tip de om.

Despre el se spune: *„Totdeauna a avut un caracter frumos și bun. Nu ar fi trebuit să i se întâmple ceva rău. N-a omorât nici măcar o muscă. Totdeauna a fost îngrijit și harnic”*. Iar eu le răspund: *„Da, dar starea lui vă îngrijorează de mult timp. Ani întregi ați încercat să-i insuflați viață. Ați vrut să faceți om din el, fiindcă el se oprise din calea vieții lui”*. Și așa și este. O mașină ascultătoare, comodă se transformă pe neobservate într-o umbră omenească, fapt ce face ca familia să intre în panică văzându-l clar cât de repede se stinge. Poate fi atât de fragil doar cineva care are spaima că *nu este iubit* și care crede că își câștigă iubirea printr-o supunere de rob.

Aici trebuie subliniat faptul că mentalitatea de sclav nu are nicio legătură cu orânduirea socială. Nici socialismul, nici capitalismul nu sunt vinovate. Ce aflăm acum este că mentalitatea de sclav a existat și în epoca socialistă și există și în cea capitalistă. Cel care, în viețile anterioare, și-a învățat lecția amară a supunerii, nu va sta ca un rob smerit nici în fața ușii socialismului, care s-a închis, nici în fața pungii cu bani a capitalismului, care s-a deschis.

Iertați-i fragilitatea acestui om, ea a fost provocată de spaima că *„viața nu-l iubește”* și cereți-i iertare că l-ați folosit fără să știți ce faceți. E o muncă imensă! Un lucru, care și așa este fragil, nu trebuie îndoit în toate direcțiile și de mai multe ori, pentru că se rupe. De aceea nu-l tulbura cu scuzele tale, mai bine cere-i iertare în inima ta. Oamenii de sacrificiu vor să sufere, ei au nevoie să li se recunoască suferințele, ele fiind semnul devotamentului lor. Dacă v-ați eliberat într-o măsură suficient de mare de stresurile care vă supără la aproapele dumneavoastră, dacă sunteți capabili să apreciați realist situația, înseamnă că între timp aproapele deja s-a schimbat. Acum puteți să vorbiți deschis și sincer. El a devenit flexibil.

Să știți și faptul că, dacă un asemenea om este din familie, atunci toți aveți nevoie de o asemenea lecție de viață. Gândiți-vă la ceea ce vă învață el, eliberați-vă de stresuri și corectați-vă greșelile.

Sacrificiul, indiferent de sex, este întotdeauna negativism. Cine nu înțelege acest lucru suferă mai întâi el însuși, apoi îi face și pe alții să sufere. Și cel care, la început, a dorit să-l supună pe cel ascultător, să-l subordoneze pe cel smerit, îl va supune și se va bucura de succesele sale. Și, vai, cât de dureros va fi pedepsit. El însă va crede că este o nedreptate oarecare a vieții.

Spiritul nimănui, nici chiar al celui mai agresiv om, nu are nevoie ca cineva să se umilească în fața lui, deoarece, prin comportamentul său, cel care se umilește, automat îl umilește și el pe celălalt. Cel care-i umilește pe alții nu se înțelege pe el însuși, așa cum nu se înțelege nici cel care se autoumilește, și uite așa oamenii se miră cum de un om atât de bun a putut să sufere din cauza altcuiva. Ca să mă exprim mai clar – un sclav slugarnic a călcat în picioare demnitatea stăpânului și a fost pedepsit pentru aceasta.

Când femeia va înțelege că bărbații se află la alt nivel, la care ar vrea să ajungă și ea, abia atunci, eliberându-se de spaime, va începe să se cufunde în adevăratul univers al sentimentelor. Valoarea câștigului constă în faptul că ea, cu propria ei mână, a înlăturat opreliștile. Bărbatul care are idei preconcepute în legătură cu sexul feminin va dori, de regulă, să facă în așa fel încât femeia să-i semene. Este ca și cum un scufundător, ieșind din adâncuri, ar înhăța-o pe femeia care înoată la suprafață, ar trage-o după el la fund și pe urmă s-ar mira de ce ea este așa de neemoțională, de nefeminină și de rece încât nu poate fi iubită. Bărbatul care face uz de forță o distruge fizic pe femeie.

Nimicirea spirituală – aceasta este soarta femeilor umilite, chiar dacă ele, în virtutea obiceiurilor și obișnuințelor, nu se consideră umilite. Când simt alături de bărbații lor, foarte multe arată ca niște păpuși frumoase

care se străduiesc să le fie pe plac, indiferent de dispoziție și de gust. Femeia modernă, în pas cu moda, aduce cu un bărbat, este îngrijită și teatrală. Moda distruge omul din ea. Cui îi este pe plac o asemenea femeie, nu va mai putea de fericire. În orice caz, la început...

Un bărbat efeminat și o femeie masculinizată sunt la fel de nefericiți, amândurora le va fi foarte greu să se pună în valoare.

Noi înșine ne alegem tovarășul de viață, ca și părinții. Spiritul alege în funcție de ce vrea să învețe. Când suntem îndrăgostiți, ne sunt dragi până și greșelile iubitului. Trebuie să treacă mult timp până ne cunoaștem. În timpul acesta, spiritul ne arată care este înțelepciunea vieții. Ea constă în faptul că venim pe lume să iubim în celălalt acel rău pe care dacă îl îndreptăm, ne înălțăm spiritual. Spiritul ne mai dă și posibilitatea să ne schimbăm opțiunea, dacă rațiunea ne spune că avem nevoie de o altă lecție. Spiritul nostru nu greșește. Oamenii greșesc atunci când schimbă iubirea cu avantajele materiale.

Chiar de la începutul căsătoriei, în viața de toate zilele, începe să ne conducă rațiunea noastră blocată de spaime materiale și unele greșeli simpatice ale tovarășului de viață, care ar trebui să ne facă mai înțelepți, se transformă deodată în teribile obstacole și începe lupta în care niciunul nu-și mai alege mijloacele.

Viața este mișcare. Cine își îndreaptă greșelile merge mai departe. Numai acela, care știe să își cheltuie forțele în funcție de gradul de dificultate al întâmplărilor vieții, dă dovadă că a învățat să distingă ce este valoros și va fi capabil să aprecieze și ce au făcut ceilalți. El va deveni ziditor și nu distrugător.

Dacă un copil va fi lăsat să facă o treabă, indiferent care, fără ca părinții să se teamă că el va strica ceva, copilul va învăța rapid din micile greutăți prin care trece. În felul acesta va putea să-și dea seama mult mai bine care este granița dintre bine și rău.

Acel părinte care îmi va riposta că, chipurile, un copil nu trebuie lăsat să facă un lucru, deoarece categoric va

strica ceva, a pățit și el absolut la fel. Cu diferența că la copil trăsătura de caracter a părintelui este mai accentuată. Aduceți-vă aminte de părinții dumneavoastră și de greșelile pe care le-au făcut și îndreptați-vă rapid propriile greșeli.

Sunt unele mame care consideră normal să-și lase copilul de 2 anișori să așeze masa și să spele vasele. Cumpără veselă mai ieftină, ca să nu le pară rău dacă se va sparge ceva. Dacă mama nu se teme, copilul nu va sparge nimic și în viitor se va descurca cu toate, va fi îndemânatic pentru că părinții au încredere în el.

Altele tremură de spaimă numai la gândul că ar putea să-și lase odrasla de zece ani să pună tacâmurile pe masă. De unde să capete acest copil deprinderile necesare? Din păcate, astfel de mame se consideră a fi foarte bune și își arogă dreptul de a le critica pe cele care își lasă copiii să facă treabă.

Există și părinți care își educă copiii prin amenințări: „*Dacă ești rău, o să mă supăr?*”. Curând copilul își va încrunta sprâncenele și, fără să se jeneze, va declara că el este un copil rău. Și într-adevăr, așa și este. Nu se poate ca un copil să fie mai important sau mai puțin important decât ceilalți. Copilul trebuie să simtă că are demnitate. Și un om cu demnitate știe care sunt regulile și obiceiurile vieții pentru că a fost învățat de mic copil să fie demn. Există copii care sunt capabili să facă un iad din viața colectivității în care trăiesc și nimeni nu îndrăznește să crâcnească, să nu cumva să-i stârnească. Există și copii, care de la un an – doi își găsesc locul și fără să ceară o atenție deosebită din partea celorlalți, se simt foarte confortabil în colectivitate. Își găsesc un tovarăș de joacă sau un conlocutor din rândul celor maturi. Merită să te înclini în fața părinților unor astfel de copii. Dintr-un astfel de copil va ieși un om echilibrat.

Dacă un copil este împiedicat să cunoască viața, răul se intensifică într-atât, încât atrage după sine o lecție foarte dureroasă.

Dacă părinții nu-l lasă pe copil să facă ceva sau îl

ceartă pentru ce a făcut, binele se va transforma în rău. Dacă familia lui va cultiva cearta, dezgustul, disprețul, critica vehementă, calculul avantajelor bănești, sublinierea valorii proprii persoane și așa mai departe, toate acestea îl vor apăsa pe copil și, dacă el este un tip de luptător, va fi un revoltat. În schimb, cei care se supun vor pieri.

Deseori, copiii care au părinți celebri, opun rezistență pentru că, subconștient, ei se tem că *nu vor putea să-și depășească părinții, nu au destulă forță să-i întrecă*. Și asta pentru că fiecare spirit vine pe lume ca, întrupat fiind într-o generație nouă, să meargă înainte. În mod conștient ei se forțează, dar subconștientul prevalează și dacă, în plus, părinții, în numele viitorului lor, îi vor obliga ca în același timp să se ocupe de sport, muzică și pictură și vor aștepta de la ei să obțină rezultate maxime în aceste domenii, copilul va claca. Fie prin extenuarea forței sufletești, fie printr-o boală fizică, oricum, într-un fel sau altul, binele excesiv se va transforma în rău.

Când copiii se revoltă, mamele îmi cer ajutor. Copilul uneia și-a pierdut auzul, al alteia – vederea, al alteia s-a tâmpit, al alteia a fugit de acasă. Stau și ascult avalanșa de cuvinte fără cap și coadă. Fiecare dintre ele este convinsă că are dreptate, că intenția ei a fost bună. Spaima copilului în fața unei astfel de mame îl epuizează fizic. Organele lui nu mai pot funcționa. Cel care nu vrea să orbească, să surzească sau să-și piardă mințile fuge de acasă. În lumea de azi, copiii se nasc de la bun început deja orbi, surzi și muți. Cei care au părinți extrem de autoritari, se nasc extrem de docili. Nu au niciun motiv să fugă de scumpii lor părinți. Greaua lor datorie karmică din viețile anterioare le cere acum să ispășească.

Revolta înseamnă răutate. La început apare ca o reacție de apărare, mai târziu devine agresivitate. Sunt mai revoltați în special acei băieți ale căror mame și-au minimalizat soții. O astfel de mamă nu înțelege că și fiul ei este bărbat și nu-și dă seama că, educându-l în felul ăsta pe acest copil dificil, cândva va fi nevoită să plătească

pentru aceste umilințe. Copiii unui soț umilit au spiritul și rațiunea. Închise.

Uitați-vă la dinții copiilor. Copiii al căror tată are un complex de inferioritate, au dinții strâmbi. Dinții de sus exprimă complexul de inferioritate al tatălui, legat de partea superioară a corpului său, de viitor și de inteligența lui. Dinții de jos - complexul de inferioritate legat de partea inferioară a corpului său, de potență, de trecut și de starea materială a familiei. Dacă, din cauza suferințelor, tatăl a fost nevoit să strângă din dinți, la copil se observă o călcătură deviată a danturii. Dinții caracterizează partea cea mai puternică a tatălui. Răutatea mamei supărată pe masculinitatea tatălui distruge dinții copilului. Dacă și copilul va susține punctul de vedere al mamei și se va înfuria pe tatăl său, va rămâne destul de repede fără dinți. Copiii de genul acesta nu știu să înțeleagă sexul masculin, văd în bărbat rădăcina răului. Ei îi provoacă pe bărbați la violență. Reacția în lanț va continua din generație în generație până când se va umple paharul suferințelor și copilul va deschide ochii. Acesta va deveni mai înțelept.

Fetița al cărei tată este grosolan cu mama ei, îi va urî pe bărbați, deoarece îi judecă după aparențe. În viața ei viitoare ea îi va lăsa fără iubire atât pe tată cât și pe soț. Bărbatul nu poate însă trăi fără iubire. Subconștient, nici femeia nu poate trăi fără bărbat. În felul acesta apare iubirea - ură care provoacă atâta durere.

Mulți părinți se miră de caracterul copiilor lor. Eu nu pot decât să le spun din nou următoarele:

Dragi părinți! Copilul este suma dintre tată și mamă. Priviți-vă copilul și vă veți recunoaște în el, dacă n-ați făcut-o până acum. El a apărut pe lume să ispășească răul dumneavoastră, dar dumneavoastră vă negați acest rău și doriți să-l feriți pe copil de acel rău prin forță. Dacă vreți să vă ajutați copilul, recunoașteți-vă greșelile și nu le mai repetați. După muncă și răsplată. Și țineți minte - avem prea puțin timp ca să-l irosim fără să gândim, dar avem destul ca să ne învățăm lecțiile de viață.

Copilul a venit pe lume să învețe ce este viața, el o

face prin dumneavoastră, dar dumneavoastră nu ați învățat nici măcar să vă înțelegeți reciproc. Din contră, v-ați încăpățânat să-l asupriți pe celălalt și dovada relațiilor proaste dintre voi este copilul. Ați putea să dați vina pe alții, dar în felul acesta faceți lucrurile și mai confuze. Și dacă al doilea copil al dumneavoastră sau al treilea este mai bun, atunci ori el face parte din categoria oamenilor supuși, ori își ascunde propriul rău în adâncul sufletului și cândva, mai târziu și mult mai bolnav, vă va dovedi același lucru.

Momentul când este conceput copilul constituie, în esență, energia primară pentru viața lui fizică. Orice copil se naște la timpul lui. Aduceți-vă aminte cum s-a petrecut conceperea lui: în momentul acela vă iubeați sau, din contră, vă urați? Poate, v-ați făcut datoria? Sau, poate, v-ați descărcat...

Am urmărit de multe ori cum un copil, văzând relațiile proaste dintre părinți, își pune la dispoziția lor toată energia pe care o are. Ei nu înțeleg acest lucru, nu încearcă să se schimbe, ci pur și simplu se bucură de acel bine al cărui preț nu știu să-l aprecieze. Nu trag nicio concluzie, pentru că nu știu să o facă. Legile vieții sunt însă crunte – dacă ei nu știu, trebuie să învețe și atunci li se va naște un copil bolnav. Cu firicelul lui de iubire copilul nu poate hrăni trei persoane. Chiar din pânțele mamei, spiritul copilului și-a însușit un adevăr de viață și anume că a te sacrifica nu este bine, că înainte de a-i putea ajuta pe alții trebuie mai întâi să devii tu însuți puternic. A mai învățat și că este o greșeală să faci totul pentru alții, pentru asta va trebui să dai socoteală. Părinții care au un copil invalid trebuie să aibă grijă, rațional, și de propria lor fericire.

Toate greșelile trebuie conștientizate. Numai așa, prin iertare, rănilor pot fi lecuite. Dacă părinții își neagă greșelile, acest lucru echivalează cu a face un rău. Cel care schimbă binele pe rău, indiferent de motiv sau de scop, sau, mai simplu spus, cine face rău, se mișcă îndărăt. Și se va mișca astfel până va primi o lecție foarte dureroasă din

care va putea trage o concluzie. Dacă n-o va face în viața asta, o va face în următoarea, dar prin suferințe mult mai mari. Și în felul acesta, ispășind răul, va învăța înțelepciunea vieții.

A răsfăța copilul este un lucru periculos

Deosebit de rău stau lucrurile cu acei copii care primesc totul pe tavă, pentru care bunii lor părinți fac totul, fără să aibă habar și de părțile negative ale vieții. Fără să bănuiască ceva rău, ei merg înainte ca orbiți de soare și nu bagă de seamă că pot să cadă în prăpastie. În felul acesta li se dă o lecție de viață în sensul că un bine excesiv este rău.

Un copil ridicat în slava cerului, al cărui spirit pur, așa cum au copiii, este luat drept o genialitate nemaipomenită doar pentru că el este mijlocul prin care părinții își împlinesc visurile, încetul cu încetul își va pierde dorința de a se dezvolta. Ce nevoie are, el e cel mai bun dintre toți! Un copil volitiv pe care părinții, îl pun totdeauna în centrul atenției, ar putea la un moment dat să se smulgă brusc din lanțurile imitației de iubire a părinților lui, provocând suferință ambelor părți. Ar fi trebuit să se elibereze din tot ce-l poate distruge. Situația devine complicată atunci când el se lasă orbit de strălucirea laudelor venite din partea părinților.

O astfel de nefericire poate cădea pe capul copiilor făcuți la bătrânețe sau la cei ai căror părinți s-au supus la rândul lor unor părinți extrem de ambițioși. Chiar dacă copilul își alege singur părinții, datoria acestora este să-și ajute în mod corect copilul să stea pe propriile picioare. În caz contrar, copilul va fi un neajutorat, va fi disprețuit de cei de vârsta lui, o ființă neadaptată la viață, care la primul obstacol se va prăbuși și din visele lui și ale părinților se va alege praful.

Copiii trebuie să se maturizeze, să nu rămână veșnic copii. Și să nu uităm că noi toți învățăm lecția acestei epoci în care există lipsă de educație, sete de câștig, mârșăvie, necinste, luptă pentru putere, violență și multe altele.

Celui care se ferește de viață, viața este nevoită să i

se arate în toată negativitatea ei.

Copilul trebuie să cunoască răul, ca să fie sigur pe el în fața acestui rău.

Mulți părinți se conduc după principiul: *vreau ca puiul meu să nu sufere cât am suferit eu*. Această dorință bună se transformă pe neobservate în cocoloșire și părinții încep să trăiască în locul copilului – pregătesc lecțiile pentru el, îl ajută să se îmbrace, să mănânce, să se spele, strâng după el etc. Grija exagerată a acestor părinți poate să capete forme atât de ciudate, încât viața copilului nu mai are sens. Și atunci părinții se duc la doctor și se plâng de copilul lor că este atât de neajutorat și incapabil să ia vreo hotărâre de capul lui, încât niciodată nu va ieși om din el.

Alintatul excesiv este cel care-l face un naiv și un neajutorat. Educându-și copilul cu credința în bine și negând răul, părinții îl condamnă la distrugere. Copilului trebuie să i se explice care este esența vieții, care este situația în acel moment, să-l învețe să se adapteze în viață. Trebuie să fie învățat să înțeleagă sensul răului, subliniindu-i că răul este și va fi, întrucât fără rău nu există bine, dar că răul așteaptă tot timpul ca el să fie îndreptat. Copilul are nevoie de opreliști și de obstacole, el trebuie să-și încerce forțele și să se evalueze la justa lui valoare. În caz contrar, prima opreliște apărută în cale va fi cea mai gravă și de neînvins. Dar dacă știe că alții au grijă de el, și o fac ca la carte, el nu se va învrednici să ridice nici măcar un deget. Și nici nu va băga de seamă că altora le e greu, pentru că așa a fost învățat acasă – alții să facă totul pentru el. Și dacă cineva îi cere ajutorul, pretextează că e bolnav.

Un om fără voință nu are timp nici să gândească. Hălăduiește prin lume cât este pe picioare și trăiește din mila altora. În cel mai bun caz îi va învinovăți pe alții pentru necazurile lui și prin asta își va distruge și *mai mult* corpul. După acest mic *bine* urmează răul – lânzezeală totală, slăbiciune, distrugere.

Când am văzut prima oară o astfel de situație – nu

mi-am crezut ochilor. Era un bărbat înalt, fost sportiv, iar acum - un neajutorat înrăit. Sportul fusese pentru el o posibilitate de a obține glorie și onoruri. Este modul cel mai răspândit de a câștiga iubirea, dar dacă omul face sport cu frică, nu va ajunge departe și într-o zi va fi învins de frica *nu mă mai iubește lumea*. Și va simți că totul este pierdut. Depresia îl va distruge. Uluitoarea lui voință nu fusese decât un mijloc de a învinge frica, dar nu-și dăduse seama de acest lucru.

Când un sportiv își antrenează corpul cu iubire și produce publicului bucurie, cariera lui este lungă și cu realizări. Dar dacă înainte de a lua startul devine nervos, adică îi este frică, energia lui se va bloca și rezultatul va fi pe măsură. Și dacă, în plus, se va mai și supăra pe el însuși sau va începe să-i învinovățească pe alții, garantat se va alege cu o accidentare sau cu o boală.

Sportul este o luptă pentru victorie în care fiecare vrea să fie mai bun decât ceilalți. Este puternic și în continuă evoluție acel sportiv care se antrenează pentru el însuși, luptă cu el însuși, își compară nivelul lui de azi cu propriul nivel de ieri și își admiră posibilitățile propriului corp. Făcând acest lucru pe baza unor principii corecte, va atinge nivelul maxim în cariera sa de sportiv.

Dar, sportivul care dorește răul adversarului său, de exemplu să se accidenteze, numai pentru ca să câștige el, va păți ce a dorit el altuia. Se accidentează cel care are în suflet răutate. N-o să afirm acum că toate accidentările? sportivilor se produc din cauza ostilității față de adversar. Accidentările sau insuccesele de tot felul sunt caracterizate de tipul de răutate. Toate acuzațiile răutăcioase la adresa antrenorului, posibilităților, condițiilor, banilor primiți... Să-i lăsăm pe sportivi să mediteze.

Așa e făcut omul, să se supere, fie și în gând, pe omul cel mai drag și mai lipsit de apărare, chiar și pe copilașul de la sân, dacă nu-l lasă să obțină ceva ce lui îi trebuie, măcar un minut de odihnă. Și nici nu-i trece prin minte că în clipa următoare gândul lui ar putea fi cauza unei

nenorociri. Urmează suferințe comune și căutarea vinovatului.

Boala tipică pentru această stare de nulitate este scleroza disipată - *sclerrosis multiplex*.

Pe scurt, aceasta este boala omului deznădăjduit. Ea apare ca răspuns la o tristețe profundă, ascunsă, și la senzația de inutilitate. Suprasolicitarea fizică de ani de zile, legată de obținerea a ceva foarte prețios, distruge sensul vieții. Se îmbolnăvesc persoanele dependente de muncă, cele care nu se cruță nici pe ele nici pe ceilalți, ci doar devin mai rele dacă planurile lor nu se realizează. Se îmbolnăvesc acei sportivi cărora, cu toate că sunt supraantrenați și dedicați în întregime sportului, succesul totuși le scapă printre degete. Această boală gravă care nu poate fi tratată de medicină apare din cauza răutății și a amărăciunii provocate de înfrângeri, atunci când omul nu a obținut ce și-a dorit. Oricât de mult ar dori să se ajute singur, să-și schimbe modul de gândire, nu se va mai putea face bine. Cu cât va continua să se prefacă, să râdă în fața unor situații de viață și prin aceasta să își ascundă răutatea față de nedreptățile vieții, cu atât mușchii lui se vor distruge și mai mult și situația va deveni disperată. Cei care vor să întreprindă totuși ceva ar fi posibil să reușească.

Oamenii cei mai puternici din punct de vedere fizic sunt cei mai slabi sufletește. Dezvoltarea forței fizice se face, de regulă, prin cultivarea încă din copilărie a sentimentului de responsabilitate = simțul datoriei = sentimentul de vinovăție. Apelând la conștiința copilului, acesta va începe să se străduiască din toate puterile.

Autoconstrângerea devine un obicei, întrucât scopul nu este atins. A fi într-o permanentă stare de suprasolicitare de dragul gloriei, atenției, bogăției și multor altor posibile scopuri înseamnă, de fapt, să câștigi iubirea. La fiecare eșec crește pe furis frica *nu sunt iubit* și la un moment dat apare senzația de inutilitate.

Sentimentul responsabilității crescut peste măsură distruge sensul vieții - iubirea - și organul ei central -

inima. Scade cantitatea de sânge ce alimentează țesuturile, inclusiv mușchiul inimii. Odată cu scăderea capacității de funcționare a inimii, țesutul suprasolicitat – mușchiul inimii – începe să se subțieze. Iar omul, fost cândva stăpânul de neînfrânt al vieții, devine neajutorat și neputincios, deoarece scopul pentru care s-a solicitat atât de mult nu a fost altul decât obținerea unor mari rezultate. Acesta este finalul logic atunci când omul dă numai pentru a primi.

Vreau să vă reamintesc: energia sexuală este pasiune. Pasiunea întărește mușchii. Centrul energiei sexuale se află în osul sacru. Osul sacru se află în sfera de influență a problemelor economice. În economie intră orice domeniu al activității materiale, inclusiv sportul. Răutatea distruge țesutul muscular și funcțiile lui. Prin urmare, cauza acestei boli este acumularea acestor stresuri îngrămadite în tine și ținute acolo. Subliniez: mai ales când ele sunt ascunse foarte profund și este negată existența lor.

Când boala este într-un stadiu incipient, oamenii de genul acesta nu cred că nu pot fi vindecați. Zâmbetul bun și uimit de pe figura lor pare să spună: *„nu mi se poate întâmpla așa ceva, eu sunt un om bun”*. Ei nu înțeleg binele și răul, contrastele le sunt necunoscute. Nu au dorința de a înțelege viața.

Această boală îi afectează pe cei tineri. Cei mai disperați sunt bărbații, fiindcă odată cu apariția impotenței ei nu mai găsesc sensul vieții. De regulă, înainte de a se îmbolnăvi ei au fost niște hipersexuali. Lipsa totală a voinței de a lupta, indiferența față de ceilalți, pierderea interesului față de viață îi îngrozesc pe cei plini de viață. Și chiar dacă mai au un interes pentru viață acesta este unul nesănătos. După modul lor de înțelegere, ei nu cred că se întâmplă ceva cu ei și nu sunt interesați să afle.

Cel mai adesea, sunt mai interesați de însănătoșirea lor cei mai apropiați, deoarece și forțele lor sunt pe terminate. Răbdarea celor care îi ajută ajunge la capăt, mai ales dacă aceștia sunt niște luptători. Ei nu pot să

înțeleagă cum un om nu-și face timp măcar să gândească, fără să mai vorbim de a acționa în propriile interese. Nu-și face timp pentru că nu are acel mijloc miraculos care să-i dea ghes – suferința. Suferința este mijlocul miraculos care îți trezește rațiunea.

Orice medalie are două fețe. Este bine când oamenii sunt gata să sară în ajutor, dar atunci când ei exagerează cu grija și cu mila, cel căruia i se dă ajutor devine leneș. Cel care sare în ajutor trebuie să știe că dacă prin bunătatea lui sare peste cal, face un rău. De exemplu, se poate îmbolnăvi chiar el. Dar și ghinionul are o parte bună. Dacă cel care sare în ajutor nu este prin preajmă, bolnavul, brusc speriat, poate să înceapă să-și conștientizeze în mod corect viitorul. După ce a început să-și evalueze viața la modul inteligent, el s-ar putea vindeca. Am auzit cu toții de vindecări miraculoase.

Dar, dacă bolnavul cocoloșit are o cale de rezervă pentru a ieși din situație – o asistentă medicală, pierderea celei de dinainte nu-l va îngrijora în mod deosebit. Pe oamenii aceștia îi caracterizează lipsa de emoționalitate, care e în creștere. Cel mai mult persistă răutatea – să auzi pe alții că nu le pasă de bietul om care suferă, să-i ameninți cu moartea ta, să-i ameninți că vor plăti pe lumea cealaltă (curios că spun acest lucru cei care nu cred în viața de dincolo), să pretinzi să ți se îndeplinească o dorință nerealistă etc. Pe scurt, acești bolnavi devin despoți. Iar cei ai casei, din cauza sentimentului de vinovăție și a spaimelor devin neurastenici, rațiunea lor nemaifiind în stare să primească un sfat înțelept.

Distrugerea în modul acesta a țesutului muscular are loc mai ales la copiii unei mame foarte războinice. Răutatea ei, dorința de a-i întrece pe alții, copleșește familia și distruge mușchii copilului dar în același timp ea îi găsește vinovați pe ginere sau pe noră. În loc să-și unească forțele să-l salveze pe bolnav, lângă patul lui de suferință încep scandalurile.

Dacă cel care sare în ajutor ar îndrăzni să-i provoace bolnavului o spaimă foarte puternică și o răutate,

rezultatul ar putea fi o însănătoșire rapidă, dar și moartea. Nu este exclus. Dacă cel care sare în ajutor, prin iertare, își descătușează spaima că bolnavul ar putea muri din cauza vorbelor lui, bolnavul nu va muri, chiar în cazul unei traume fizice foarte puternice și, este posibil, ca el chiar să se însănătoșească.

Adevărata esență a unor astfel de oameni care provoacă o astfel de boală - răutatea - va ieși afară, dacă li se va cere imperativ să depună și ei eforturi. Suprasolicitarea sufletească și fizică, acasă, la școală, la serviciu, față de care omul nu îndrăznește să se revolte și, în tăcere, strânge în el răutate, i-ar da acum posibilitatea să nu mai fie tensionat din moment ce s-a îmbolnăvit. Are în el o spaimă inconștientă că s-ar putea însănătoși și că ar putea să își descarce durerea sufletească. A încercat să demonstreze că merită, dar nimeni nu a ținut cont de suferințele lui.

Un tânăr care suferea de atrofiere musculară mi-a scris că abia acum a înțeles cât de arogant a fost față de ceilalți. Se considera mai bun decât toți și era pregătit să susțină cu orice preț acest lucru. Disprețuia oamenii, era însetat de glorie și de putere. Boala a venit să îl ajute să nu transforme aroganța în violență. Îi era recunoscător bolii și a pășit pe calea însănătoșirii. Destul de des boala apare la om ca să-l împiedice să facă o greșeală și mai mare.

Toate bolile încep în familie. Iubirea copilului pentru părinții lui este atât de mare încât nu le poate face niciun reproș. Și chiar dacă le face, o face după principiul: una gândesc, alta spun. Aceeași linie de comportament le este caracteristică și părinților unui astfel de bolnav. În zilele noastre, copiii învață să fie politicoși în acest mod. O astfel de negație este caracteristică mai ales pentru tinerii bărbați ale căror mame au trăit de dragul copilului și au făcut totul de dragul viitorului lui, ascunzându-și în același timp îngrijorările, disperarea, răutatea, etc. Dacă mama nu înțelege legile naturii nu-și va înțelege nici copilul. Va fi nevoită să învețe prin suferințe.

Toți am fost învățați să zâmbim atunci când suntem

Într-o postură negativă, ca să nu părem nepoliticoși. Obişnuinţa de a înşela cu un zâmbet politicoş pe buze este ceva necesar, fără de care până nu demult nu ne puteam descurca în viaţă. Era o justificare. Acum însă facem acelaşi lucru, într-o măsură mult mai mare, pentru a face o impresie bună. Şi acum nu mai putem să punem acest lucru pe seama orânduirii de stat. Ea chiar nu este vinovată. Puterea banului şi strălucirea gloriei – iată ce le suceşte mintea oamenilor.

Cu cât omul este mai franc, cu atât îi este mai greu ca în acelaşi timp să şi înşele să şi rămână cinstit. El simte tot mai mult nevoia să se lase păgubaş şi să se predea... Generaţia mai tânără moşteneşte stresurile părinţilor şi îi sare în ajutor scleroza multiplă. Acum părinţii au posibilitatea să vadă rezultatul modului lor incorect de gândire şi să-şi ispăşească greşelile proprii prin îngrijirea cu răbdare a bolnavului. Doar un om cu un mod de gândire corect este cu adevărat puternic. Viaţa ne învaţă că cei puternici au viitorul de partea lor, în timp ce cei resemnaţi trebuie să înveţe prin suferinţe să devină puternici. Acest lucru trebuie făcut imediat, dar dacă nu ne găsim timp să învăţăm, în viaţa viitoare vom avea parte de încercări şi mai aspre.

Alintarea copiilor, specifică pentru cei a căror mamă se teme ca nu cumva copilul să pătească ceva – ea având un puternic sentiment de vinovăţie faţă de al doilea copil care este bolnav – poate să dureze şi să fie tăinuită până apare prima încercare. De exemplu, profesorul îi face copilului observaţie că nu se comportă cum trebuie. La cea mai mică observaţie, în copilul alintat poate izbucni setea de răzbunare şi el va începe să terorizeze şcoala, familia, şi mai târziu societatea. La fete, setea de răzbunare se exprimă prin dorinţa de a-i umili pe ceilalţi. Băieţii îşi arată pumnii. Răutatea băieţilor se potoleşte când celuilalt începe să-i curgă sânge din nas. Răutatea fetelor nu se potoleşte aşa uşor, întrucât nevoia lor de a-i umili pe alţii este în creştere.

Cu cât copilul este mai inteligent, adică cu cât are

note mai mari, cu atât se consideră mai bun decât ceilalți. Pe măsură ce trec anii, cu cât obține mai multe privilegii, cu atât îi va fi mai greu să se elibereze de agresivitate.

A da ajutor este obligația în primul rând a mamei, deși viața arată că mult mai multă grijă o au profesorii. Dragi profesori! Alungați toate gândurile negre referitoare la copiii de felul acesta și la mamele lor și atunci eforturile dumneavoastră vor fi încununare de succes. Și să știți că întotdeauna copilul reproduce mai accentuat caracterul mamei lui, dar, în același timp, copilul este și pentru dumneavoastră un învățător. Prin el veți învăța să înțelegeți oamenii de acest tip și cum să vă comportați cu ei. Dacă veți ști să îi iubiți pentru greșelile lor, veți învăța această lecție.

Copilul care vrea să aibă o viață foarte bună, devine pretențios. Dacă ceva nu merge, se supără, deoarece pentru el acest lucru înseamnă că ceilalți nu au grijă de el, că nu-l iubesc etc. El va lua exemplul de la colegii lui cu o situație materială mai bună și va deveni indiferent față de valorile sufletești. *De ce lor li se permite orice, de ce nu mi se dă și mie, eu nu sunt ca ei?* Un copil genial, prea laudat de părinți, devine un tociș și își va pierde capacitatea de a gândi logic, întrucât obținând note mari, va fi iubit și va căpăta bunuri materiale. În viață însă baza succesului este gândirea logică, doar câteva vorbe înțelepte din cărți nu folosesc la nimic, ele trebuie puse în practică.

Mintea unui copil excesiv de pretențios începe treptat să se tocească. Dezamăgirile, insuccesele îl fac să devină egoist. Ca urmare, fetele se aruncă în valurile vieții, visând să facă rost de un bărbat bogat, deștept, frumos, cu poziție socială, un soț de succes. Băieții își caută o soție la fel și, dacă nu reușesc, încep să-și aline durerea sufletească cu țigări, alcool, droguri și alte vitejii bărbătești, ajungând până la crimă. Sau se vor justifica spunând că sunt bolnavi și că trebuie să ia calmante și alte substanțe psihoterapeutice. Aceasta este tot narcomanie. Este foarte obișnuită combinația: mamă alcoolică – copil care ia tranchilizante și invers. În orice situație

neurastenicul este cel care îl arată cu degetul pe alcoolic. Într-un fel sau altul, ambii își pierd mințile din cauza răutății și fricii că *nu e totul cum aș fi vrut eu*.

Dar și părinții așa ziși onorabili care, dintr-o grijă exagerată se străduiesc să nu-l facă pe copil să sufere, ar putea să descopere într-o bună zi că au crescut un copil ezitant, capricios și pretențios. Ei nu i-au inoculat sentimentele de sinceritate, cinste, știința de a ține cont și de părerea celorlalți. Este adevărat că au băgat de seamă cât de mincinos, șmecher, interesat, ascuns este copilul lor, au sperat însă că toate aceste devieri sunt trecătoare. Părinții de genul acesta se tem până și să deschidă gura și să-și admonesteze copilul, deoarece, conștient sau nu, le e frică să nu li se spună în față care le sunt defectele. Căci omul modern vrea ca totul să arate foarte bine. Testarea propriilor forțe și eroismul sunt considerate un anacronism, nu mai sunt la modă. A-ți arăta propriile defecte poate fi păgubitor, de aceea e mai bine să trăim ca orbii.

La cei care năzuiesc spre foarte bine, spaima că *nu sunt iubit*, că *nimeni nu are nevoie de iubirea mea* este mai puternică decât la cei care se mulțumesc cu puțin. În numele unui scop frumos, frumosul om încarcerează natura, încarcerează animalele și se încarcerează și pe el însuși și continuă să creadă că răufăcători sunt doar ceilalți. Văzând eșecurile copiilor lor, părinții se îmbolnăvesc, dar că ei sunt cauza acestor eșecuri, nici nu le trece prin minte. Că doar ei și-au crescut copiii cu mare dragoste! Copilul scoate la lumină greșelile tănuite ale părinților lui. Noi toți credem doar ceea ce vedem. Cel care a învățat să-și ascundă negativitatea ascunsă nu va încerca să pară bun.

Despre binele din oameni

Cât de buni vrem să fim noi toți și de ce nu înțelegem că și așa suntem destul de buni? Sunt buni chiar și cei care au senzația că nimeni nu are nevoie de ei și care într-un acces de răutate se grăbesc să spună: *„Eu chiar vreau să fiu rău! Eu chiar vreau să fac rău!”*

Copiilor agresivi eu le spun următoarele: *„E minunat că cel puțin ai în tine această furie. Pentru asta ne-am și născut, să transformăm răul în bine și faptul că tu strigi de-a dreptul aceste lucruri arată că ești cinstit. Nu are importanță că n-ai știut acest lucru, important e că vrei ca în felul acesta să-ți exprimi revolta.*

Ca să transformi răul în bine e nevoie doar de un pic de cunoștințe și, gata, greșelile au fost îndreptate. Dar ce te faci când acest bine este înșelător...

Dorința de a fi bun, pe care o întâlnim la oamenii buni, îi face să fie orbi. Am deseori ocazia să fiu uimită de faptul că oamenii se grăbesc să spună despre ei că sunt buni chiar înainte de a începe să discut cu ei pe această temă. Spaima că *voi fi considerat rău* face parte din categoria stresurilor care te fac să intri în panică și ea impune ca binele să fie scos în relief. Concepția tradițională despre bine și rău îl face să sufere pe cel care îi împarte pe ceilalți în buni și răi în funcție de dispoziția lui de moment. Mulți dintre cei care au citit cartea mea *„Cum să te biruiești pe tine însuși...”* nu sunt în stare nici măcar acum să înțeleagă legea unității contrariilor. La începutul cărții eu subliniam că cine nu a înțeles, să mai citească încă o dată. Dar, oare, omul *bun* are timp să recitească o carte când el trebuie să dea zor să facă un bine?

Eu subliniez în permanență că nu există vină, există greșeli din care învățăm și pentru asta am venit pe lume. Dar, vorbesc la pereți. De aceea sunt nevoită să repet aceleași lucruri.

Cel mai complicat lucru este să-i vorbești despre filosofia vieții unui om care dă sentințe categorice și definitive de genul acesta: *„Eu sunt un om bun. N-am făcut niciodată ceva rău și n-am spus vreun cuvânt de rău. Totdeauna am răbdat, deși mi s-au făcut destule neazuri”*.

Eu sunt bun și cu asta basta!!!

Haideți să mai repetăm încă o dată. Repetiția este mama învățaturii.

Nu există bine, nu există rău.

Pur și simplu, totul curge cu binele și cu răul său.

Orice lucru are două laturi – una bună și alta rea. Doar așa există orice întreg, altă posibilitate nu există. Cine nu se împacă cu acest lucru, este orb din punct de vedere al vieții și va trebui să învețe prin suferințe.

Omul este și el un asemenea întreg.

În orice om există 49% rău și 51% bine.

În toți și fără excepție, altfel nu am fi oameni.

La omul bolnav – a cărui viață este categoric înrăutățită, procentul de rău este cu câteva zecimi mai mare, deci procentul de bine este mai mic cu aceleași zecimi. Dacă răul crește până la 50%, survine moartea și prin aceasta răul devine bine. Pentru spirit, moartea corpului înseamnă eliberare.

Această discuție poate părea pentru cei care se tem de moarte o zeflemea la adresa sfințeniei vieții. Vă rog să mă iertați și vă rog să vă străduiți să înțelegeți mai bine esența vieții. Cel care și-a învățat toate lecțiile acestei vieți, vrea să plece, adică să moară. Cei din jur nu vor fi în stare să înțeleagă acest lucru până nu vor ajunge și ei la acest moment.

Am avut noroc să asist la moartea câtorva oameni de genul acesta: când au simțit atingerea morții, și-au încheiat socotelile cu viața și au lăsat prin testament urmașilor lor bruma de avere agonisită. Unul dintre muribunzi a întrebat cât e ceasul, a căzut pe gânduri câteva minute și a spus: „*JDomnul mă cheamă la ev*”. Și-a pus mâinile pe piept și a oftat adânc. Se dusesse. Ca un creștin adevărat.

Am asistat însă și la moartea unui comunist adevărat, înainte de a muri se mai gândea încă la ziua de mâine. Și el credea în bine, credea în forța iubirii. N-a spus-o de-a dreptul, dar ultimul lui zâmbet, viclean și chinuit, a fost însoțit de cuvintele: „*fiu plec eu pentru totdeauna*”. După cinci minute nu mai era. Era tatăl meu.

În zilele noastre majoritatea oamenilor mor în chinuri, adică se duc învățând prin suferințe până în ultima clipă prin suferințe. Răutatea de care n-au scăpat îi face să

treacă prin chinurile iadului.

Cei care au învățat să ierte, vor trăi știind până în ultimul ceas care este adevărata valoare a vieții și se vor interesa de viitor, întrucât știu că, cu fiecare suflare rămasă, își clădesc drumul spre viitoarele lor vieți. Vor pleca în câteva minute, străduindu-se să se elibereze de corpul lor fizic. Nu-ți poți dori o moarte mai frumoasă.

Cine își iartă frica de moarte și îi cere și el ei iertare, se va elibera de frică și frica se va elibera de el. Noi și frica noastră suntem ca la închisoare, noi suntem și paznicul și celula.

Viața noastră este acel joc de 2 procente dintre 49 și 51.

Cine înțelege regulile jocului, va avea un joc lung și fericit. Cine nu le știe sau nu le folosește, va avea o viață scurtă sau, invers, lungă, dar plină de suferințe.

Știți cu toții că tot ce curge este energia iubirii – ea este veșnică; tot ce nu curge este energie negativă supusă distrugerii. Corpul nostru fizic este supus distrugerii, prin urmare el este o acumulare de energie negativă.

Logica ne-ar spune că oamenii slabi au negativitate mai puțină, iar cei grași – mai multă...???

Așa este. Numai că la cei slabi și pozitivitatea este mai mică iar la cei grași – mai mare. Raportul 49 la 51 continuă să se mențină atâta timp cât trăim. Viața asta și este – mișcare pe drumul îndreptării răului. Unii se mișcă mai încet, alții – mai repede, dar câtă vreme ne mișcăm, suntem vii. Nemișcarea înseamnă moarte.

Prin urmare, toți suntem la fel, deși ne-am obișnuit să-i numim pe unii buni, iar pe alții răi. Ne-am obișnuit să facem aprecieri după niște criterii exterioare. Ne amăgim pe noi înșine și îi amăgim și pe ceilalți și la urmă suferim.

Eu împart omenirea: în două grupe polarizate:

— Buni răi = fals buni

— Răi buni = fals răi

Restul sunt mai mult sau mai puțin echilibrați, dar numărul lor se reduce continuu. În condițiile adâncirii crizei Pământului crește și gradul de polarizare.

Cu cât vom continua să acumulăm mai multe bunuri materiale, mângâindu-ne pe cap unul pe altul și așteptând să fim lăudați, cu atât mai mare va fi falsul bine. Numai prin creșterea rapidă a valorilor spirituale și așezarea lor la loc de cinste vom mai putea să facem câte ceva.

Pentru a echilibra falsul bine în lume, există fals răii care de regulă sunt numiți criminali de către cei fals buni.

Despre binefăcători

Răii buni sau falșii buni sunt acei oameni al căror bine este îndreptat spre afară. Din categoria acestora fac parte așa-zișii *binefăcători* care de cele mai multe ori sunt frumoși, delicați, politicoși, dar deseori sunt și nelalocul lor, inapți pentru viață, inacceptabili, plicticoși, sâcâitori, enervanți, lipsiți de sens etc. De regulă, acești oameni doresc binele tuturor și a întregii lumi, numai că nu înțeleg că binele lor nu este bine și pentru alții. Poate, în momentul respectiv cineva are nevoie nu de bine, ci dimpotrivă, de rău pentru a-și extrage lecția care îi trebuie exact atunci.

Un *binefăcător* poate, de exemplu, fără să se gândească măcar că face ceva rău, să îndese trufe pe gâtul cuiva, fără să-l întrebe pe om dacă vrea, și să se simtă fericit. Nici nu bagă de seamă că acela se sufocă și că are o figură chinuită. Bietul om se străduiește din toate puterile să înghită, ca să-i facă lui plăcere; cu siguranță însă sistemul lui gastrointestinal gândește altceva.

Orice om care vrea să fie bun, trebuie să țină minte că binele meu nu este obligatoriu să fie pe gustul sau pe placul altuia. În felul acesta va evita dezamăgirile.

De obicei, *binefăcătorul* nu observă că nu-i consideră oameni pe cei din jurul lui. Pe cei ajunși celebri, pe cei care și-au făcut un nume și pe ai lui – îi vede, pe cei așa-zis inutili, de care nu are nevoie – nu-i vede. Cu unii este foarte grijuliu, pe alții îi calcă în picioare și încearcă să-i spui ceva!

De regulă, *binefăcătorul* se consideră pe el bun, iar pe alții răi. Dacă ceilalți tac, fiindcă și ei vor să fie buni, el nu va bănuî că greșește. Dacă însă îi spui adevărul în față,

binefăcătorul își pune mintea la contribuție și s-ar putea să devină într-adevăr un om bun, deși, vai, se va comporta ca un mitocan. Dar deja asta este o altă față a medaliei.

Binefăcătorul își va irosi în zadar binele, fără să obțină vreun rezultat. Nu se va consola niciodată cu faptul că măcar ceva i-a reușit. *Binefăcătorul* este gata să se rupă în bucăți – doar – doar va obține totul. Din păcate, viața nu înseamnă numai bine. În sufletul lui se adună deziluziile și el se înrăiește. De regulă nu-și va arăta răutatea și cu timpul nu-și va arăta nici bucuria. Își va ascunde atât de adânc răutatea, încât până și cel mai iscusit provocator va fi dezamăgit. Dorind sincer să facă bine, el va fi disperat dacă i se vor arăta greșelile. Am avut ocazia să văd cum răutatea unui astfel de om se manifesta abia la nepot, fiindcă și fiul său fusese învățat să se abțină din toate puterile. Răutatea acumulată timp de două generații a tășnit la suprafață la a treia generație sub formă de epilepsie.

De regulă, *binefăcătorul* își asumă responsabilitatea, dorește cu orice preț să-și atingă scopurile, este patriot, în cazul unui insucces își recunoaște vina și se mobilizează tot timpul în numele progresului... După aceste eforturi exagerate urmează de regulă depresia, fiindcă ceilalți nu apreciază cum ar merita tot ce a făcut el. La depresie, omul este ajutat dându-i-se de mâncare și de băut. La rândul lor, kaloriile îl vor ajuta să se doteze cu armament greu pentru următorul atac.

Binele făcut de acești oameni chiar atunci când este mare, se duce pe pustii și nu-și atinge scopul. Adevăratul bine este acela care este cerut. Până în momentul în care doritorul de a face bine, pe care îl și face, nu va înceta să facă binele cu de-a sila, binele lui se va pierde fără sens și fără folos. Pentru echilibrarea binelui irosit va începe să se acumuleze o masă de agresivitate, care va crește continuu, mai ales sub formă de răutate.

Răutatea îngrașă.

Răutatea se acumulează în țesuturile grase.

Negativitatea crește fără ca omul să observe. Lumea

sa obișnuit să creadă că *binefăcătorul* face bine și târziu de tot observă răul din spatele acestui bine. Răul își face treaba distrugând încetul cu încetul și în final se manifestă printr-o cădere fizică și spirituală. Și atunci oamenii încep să se plângă că *soarta este nedreaptă întrucât ei nu au făcut nimic rău*. Și totul se întâmplă numai pentru că ei nu sunt conștienți că nu există bine fără rău. Iar cel care va înțelege nu va mai spune despre el că este un om bun și nu va mai arăta cu degetul pe alții.

Sunt convinsă că dacă un *binefăcător*, citind, va ajunge la această pagină, o va parcurge în viteză fiind convins că ce scriu eu nu se referă la el. Reprezentanți tipici ai acestei categorii sunt femeile și oamenii grași.

Este lipsit de sens ca problema îngrășării să se rezolve cu medicamente. Este adevărat că Eu prețul unor mari eforturi, prin autotortură și prin scăderea poftelor de mâncare, se poate scăpa pentru un timp de kilogramele în plus, dar în cazul acesta omul devine robul propriului corp. Scăpând de grăsime, omul scapă și de rușinea de a ieși în lume, dar celelalte stresuri rămân, inclusiv cele care au dus la îngrășare.

Mulți oameni grași se tem să folosească mijloace de slăbire fiindcă în subconștient ei se tem că își pierd capacitatea de a rezista. Răutatea alimentează capacitatea de a lupta. Cel care își va învinge frica prin forță și de dragul de a arăta bine se va purta abuziv cu corpul său. Fiindcă nu știe să se elibereze de frică și de răutate, va avea ocazia să se căiască mai târziu.

Din acest motiv, după o cură de slăbire, oamenii se îmbolnăvesc frecvent, regretă și ar fi de acord să fie el ar mai grași cu condiția să nu mai facă tot felul de boli. Re nu-i lasă să trăiască. Dar după o boală nu mai poți fi ca nou. Înainte, erau capabili să ascundă răul în ei, să înghită și să se bucure că au putut fi buni pentru toată lumea, indiferent cât le-a fost de greu. Acum însă, din cauza bolii, li se umezește privirea și bucuria parcă n-ar fi fost niciodată. Dacă înainte își puteau întreține familia, puteau să facă bine pentru alții, acum viitorul îi sperie.

Acum, energia negativă acumulată în țesuturile grase trebuie să se concentreze undeva, să fie și mai densă. Așa pot să apară, de pildă, tumorile. Cel care își va înțelege greșelile, nu va mai învinovăți medicamentele și producătorii lor ci, prin iertare, se va dezlega de răutate și tumoarea va dispărea. În practica mea, cel mai repede – în mai puțin de patru săptămâni – a trecut o tumoare foarte mare, cât capul unui nou născut. S-a întâmplat la o femeie care avea un chist la ovare și care, prin iertare, a avut parte de un miracol.

Frica îl face pe om să au fie gras.

O persoană, plină cândva, slăbește întruna, dar medicii nu descoperă nimic. Acum, din cauza vuaeii presupuse boli ascunse, apare spaima de moarte. De fapt omul nu are nimic grav, dar dacă ținem cont de faptul că nu știe să gândească, treaba chiar poate să devină gravă și poate apărea o boală psihică.

Problema îngrășării nu este nici pe departe o glumă. Mulți oameni minunați cad în depresie din cauza ei, demnitatea lor având de suferit.

Îngrășarea poate avea loc în foarte multe feluri.

Ceafa, umerii și mâinile se umflă cu grăsime la cei care au spaima că *nimeni nu mă iubește*, că *nimic nu-mi iese cum vreau eu*, *lumea nu mă înțelege*, mai pe scurt, răutatea că *totul este altfel decât vreau eu*. Îngrășarea în această zonă este mai rară. Este însoțită, de obicei, de îngrășarea întregului corp.

La cei care se îngrășă la trunchi (tors), în țesutul lor gras trebuiau să se așeze toate învinuirile răutăcioase și sentimentul lor de vinovăție, indiferent de ce și de cine este el legat, inclusiv de propria persoană.

O parte din oameni au corpul complet disproportionat – capul mic, fața mică, păr moale și rar, gât subțire, iar de la umeri în jos – straturi de grăsime, imposibil de micșorat. Mare mai este spaima acestor oameni că *nu voi mai fi iubit dacă...* și atunci ei încearcă să se apere de negativitatea vieții printr-un zid, zid care nu va lăsa răul să treacă prin el, ci îl va absorbi. Corpolența este

expresia modului lor de gândire. Așa arată multe dintre femeile șefe.

Se îngrașă oamenii de tip luptător, cei ce caută cauza pentru care viața este rea, adică tipul de acuzator, care însă este foarte sensibil atunci când el este acuzat de ceva. Cu cât va înfiera mai mult pe alții, de fică să nu fie el vinovat, și va strânge în el această răutate, cu atât talia lui va deveni mai groasă. Dorința lui imperativă de a vedea viața mai bună se va transforma pe neobservate în răutate, chiar dacă el va continua să fie activ și îi va antrena și pe ceilalți pentru îmbunătățirea vieții. Obiceiul de a domina, de a ordona, de a interzice este legat de răutate. Oamenii de felul acesta sunt profund nefericiți atunci când cineva vede ceva rău la ei. Cu timpul vor începe să facă ordine și acasă, ceea ce îi va scoate din sărite pe ceilalți.

Dorința maximalistă de a face ceva ca să le fie mai bine celorlalți nu se îndeplinește. Din dezamăgire vor apărea diverse feluri de răutate: răutate că nu ai făcut ceva, răutate că nu ai discutat despre ceva, că nu ți-ai înghițit lacrimile, că nu te-ai certat. O astfel de răutate, care te demască și pe tine și pe ceilalți, va adăuga taliei tale, stabil și imperceptibil, kilogram după kilogram. Dacă cineva de genul acesta ajunge șef și își satisface dorința de a domina, kilogramele în plus vor dispărea. Și mai repede vor dispărea în cazul când persoana respectivă, temându-se de concurență, se va teme să nu-și piardă funcția.

Oamenii grași sunt *binefăcători* tipici, întrucât răutatea lor nu este îndreptată contra oamenilor, ci împotriva vieții, a modului de organizare a ei și a obstacolelor din calea vieții. Îi irită prostia, lipsa de sens, risipa, lenea, prețurile mari, țevile care curg, poluarea mediului, samavolnicia politicienilor, regresul economic, subțierea propriului portofel și tot ce se află în spatele acestui lucru.

Un *binefăcător* nu va spune nimănui ce necazuri are. *Cine știe ce se va întâmpla!* Vor fi nevoiți să sufere, de regulă, membrii familiei, care nu au nicio vină. Mai ales copiii, fiindcă ei nu au dreptul să obiecteze, întrucât

trăiesc din bunăvoința părinților.

Ocărându-ne copilul, vrem să facem din el un lucrușor insensibil și ușor de manipulat. În același timp nu înțelegem că el va deveni o mașină expusă uzurii. Când copilul începe să plângă, părintele se supără – înseamnă că sentimentul lui de vinovăție i-a dat un semnal. Dar el nu vrea să fie vinovat și atunci devine și mai rău. Și copilul și mama vor lua în greutate.

Ocărându-ne copilul, de fapt ne ocăram pe noi.

Lumea se întreabă adesea de ce copilul spune: „*Mai bine să mă bați decât să mă ocărăști*”. Spiritul lui curat știe că durerea fizică nu are mare importanță. Adevărata durere este cea sufletească. Când mama își ocărăște copilul, în sufletul ei se amplifică sentimentul de vinovăție. Ea nu e conștientă de acest lucru, dar copilul vede și nu dorește ca mamei lui să-i fie rău.

Dacă răutatea de același tip, concentrată într-un anumit organ, duce la îmbolnăvirea acestuia, răutatea omului gras provocată de lupta cu viața nu are limită, ca și viața, și ea se va acumula încetul cu încetul în întregul organism până va exploda într-unul din organe.

Dacă grăsimea se depune în partea inferioară a corpului înseamnă că răutatea este legată de treburile gospodărești, de serviciu, de problemele financiare în general. Partea inferioară a corpului se corelează cu trecutul. Cel care nu s-a eliberat de răutatea legată de trecut, se va îngreșa categoric în partea de jos a corpului. Aici se concentrează răutatea legată de copilărie și de tinerețe. Aici se află supărarea mamei pe soțul care nu face ce vrea ea și răutatea femeilor pe sexul masculin în general.

Partea superioară a corpului semnifică viitorul. Cel care se gândește la viitor cu răutate, va avea partea superioară impunătoare. În ciuda tuturor piedicilor, el vrea să meargă în viitor.

Zona brâului se corelează cu prezentul, cu azi. Pentru cel care nu se rupe de trecut, viitorul înseamnă o luptă și va avea o talie groasă. Cel care uită cu ușurință neplăcerile

zilei de ieri, va avea o talie subțire, chiar atunci când partea de jos a corpului este voluminoasă.

Persoana care dorește să arate și să demonstreze celorlalți ce scopuri lăudabile are, adică să arate în mod demonstrativ că este un om corect, va fi grasă. S-ar putea să se rușineze și să se simtă penibil când se uită lumea la ea, dar impulsul interior este mai puternic. De obicei, astfel de oameni nu-și dau seama că au în ei răutate, fiindcă, în mod sincer, nu știu ce este aceea. Că *alții îl aduc în stare*, încă mai e de înțeles. Ei pot chiar să simtă o răutate față de cei răi. Acest mod sui-generis de a lupta pentru bine este foarte răspândit. Astfel de oameni se enervează când cineva se plânge, îi caută greșelile sau îl învinuiește de-a dreptul.

„Ce vă tot plângeți, schimbați ceva cu asta? Nu suport acuzațiile și pierderea inutilă a timpului” - vor riposta ei enervați. E bine când această revoltă iese afară și eliberează stresul, cel puțin răutatea n-a fost în zadar. Dar, din păcate, acești oameni nu se gândesc de obicei că aspiră în ei două feluri de răutate - blamarea celorlalți și propria răutate. După o vreme, sănătatea lor se va înrăutăți. Vor crede că de vină este creșterea tensiunii arteriale, legată de cine știe ce incident stupid, și vor începe să-și reproșeze că s-au amestecat. *Iar n-am știut să mă stăpânesc!* Acesta este deja un reproș direct la adresa sa, dar nu este conștient de acest lucru. Mai intervine și frica din cauza faptuim că nu se simte bine, fiindcă nu știe, de fapt, despre ce este vorba. *Nu cumva mi-a sărit tensiunea?*

„Nu pot să sujarplângăcioșii, mă scot din sărite! Simt că plesnesc de furie, ăștia pur și simplu nu înțeleg nimic! Bat apa-npiuă și au și ochelari de cal!”

Da-da! Vedeți, asta este stresul dumneavoastră. Prin el îi atrageți pe astfel de oameni și ei vin ca să vă înfurie. Dacă n-ar veni, n-ați simți această răutate. Dar, se vede treaba că doriți acest lucru!

Atrageți situația în care ați putea „plesni” de furie. Și dacă acest stres încă nu-i suficient ca să faceți un atac

cerebral, o hemoragie sigur veți face. Sau vă veți lovi de ceva și veți face vânătăi. Corpul dumneavoastră vă trimite în felul acesta un semnal despre starea pe care o aveți în momentul acela.

Cei la care frica *nimeni nu mă iubește* este mai mică, sunt considerați indiferenți. Ei nu suferă din cauza vorbelor ce le-au ieșit pe gură, fiindcă socotesc că au spus adevărul. Nu au niciun stres din cauza asta. Evident, ponderea acestor oameni este mai mică.

Din punct de vedere medical, la persoanele grase, metabolismul este încetinit și așa se și explică creșterea stratului de grăsime. Indicatorii clinici sunt determinați prin cercetarea capacității de funcționare a glandei tiroide.

Acum, haideți să gândim în mod nou și mai simplu, cum încerc eu tot timpul să vă învăț. Glanda tiroidă se află în centrul celei de-a V-a chakre, care este legată de comunicare. Prin urmare a fost afectată comunicarea cu lumea, adică cu oamenii, cu animalele și cu natura. Omul poate să creadă că se înțelege minunat cu ceilalți oameni și că adoră animalele, dar asta nu are importanță. Glanda tiroidă are o disfuncție și deci comunicarea cu lumea este îngreunată, el trebuie să facă eforturi foarte mari, dar nu mai are putere; acest lucru îi aduce doar deziluzii, o senzație de zădărnici și de lipsă de sens. Frica permanentă de a fi strivit de viață duce la disfuncții ale glandei tiroide. Toate sunt semne ale luptei îndârjite cu viața.

Cea de-a V-a chakră este situată în centrul sferei de influență a fricii *nimeni nu mă iubește*. Deasupra ei se află capul cu toți centrii vitali, inclusiv centrul metabolismului. Frica că *nimeni nu mă iubește, nimeni nu are nevoie de mine, nimic nu-mi iese cum trebuie, deși mă străduiesc* blochează comunicarea.

Comunicarea fiind blocată, centrii nu mai pot vedea care este sarcina corpului. La cel care nu a fost învățat sau nu a învățat singur cum să comunice, capul nu știe ce face corpul, iar corpul nu poate înțelege ce gândește capul! Știința de a comunica unește în mod corect toate părțile

corpului și omul devine un întreg. Tot ea face ca familia, colectivul în care lucrezi, statul, omenirea să devină un întreg. Până vom ajunge să ne citim gândurile, suntem nevoiți să comunicăm prin cuvinte. Lipsa de sinceritate va fi însă subconștient sesizată de către om, chiar dacă nimeni nu l-a învățat niciodată să comunice.

Copiii sunt învățați de mici cum să întâmpine pe cineva, cum să salute. La salutul bucuros al unui copil orice om răspunde cu un zâmbet, deoarece copilul radiază o bucurie sinceră. Este iubirea curată care nu cere nimic în schimb. Dacă noi, adulții, am păstra măcar acest minunat început de comunicare, dacă le-am răspunde cu aceeași bucurie, copiii, crescând, n-ar mai merge cu capul în jos și cu dinții strânși în semn de protest împotriva adulților. Un, *JBună ziua*” cald, spus fără frică și răutate, deschide inimile oamenilor. Haideți să ne facem timp să ne oprim o clipă în prag, să salutăm și să așteptăm răspunsul. Vom simți că începem să comunicăm. Un salut automat, formal nu duce la nimic.

Deși nivelul de dezvoltare al intelectului său este destul de mare, omul permite fricii *nimeni nu mă iubește* să-i modifice radical noțiunile, fiindcă nu-și face timp să-și înțeleagă propriile sentimente. Cel care, de frică, preferă să fugă, va avea un nivel de activitate fizică mai înalt și va apărea o hiperfuncție a glandei tiroide. Sau, în loc să fugă, caută o altă soluție. Ambele căi duc la aceeași răutate. Cu diferența că cel care fuge slăbește, iar cel care-și păstrează calmul și nu se clintește din loc se îngrașă.

Îngrășarea înseamnă că persoana respectivă vrea să primească de la viață mai mult decât dă.

Slăbirea înseamnă că vrea să dea vieții mai mult.

Un corp bine făcut, proporționat arată că persoana respectivă dă cât primește.

Dar ce să dai și ce să primești? La această întrebare trebuie să răspundeți fiecare, întrucât scopurile fiecăruia sunt diferite. Unul vrea să se îmbogățească, altul declară patetic că nu-l interesează banii. Unul vrea liniște sufletească, dar nu-i lasă în pace nicio secundă pe ceilalți.

Altul ar vrea să vadă lumea, dar spune că nu poate să o facă pentru că nu are bani, iar când îi are îi cheltuie pe fleacuri. Altul vrea să stea liniștit acasă, dar nici nu trece bine o oră, că o și zbughește afară de parcă ar fi intrat duhul rău în el.

Fiecare are scopul lui în viață. Ați da înapoi tot ce ați primit de la viață? Ați fi atunci mai curajos în legătură cu viitorul?

Stratul de grăsime este depozitul în care vă adunați calitățile de luptător pentru ca să vă puteți lupta cu viața și să rezistați – și acum și mâine (cu cât mai mult cu atât mai bine). Logic, gândiți cam așa: *„De ce trebuie să dau ce este al meu? Fiecare trebuie să-și rânduiască propria viață! Și așa am dat mai mult decât alții”*. Ați strâns multe provizii și sunteți siguri pe dumneavoastră. La fel se simte și stratul de grăsime.

Altul a primit mai puțin de la viață și trebuie să dea mai puțin. Aceasta este logica vieții. De la fiecare, după capacitate. Dumneavoastră vi s-a dat mai mult ca să dați mai mult. Dar ce dau ceilalți nu v-a fost dat să vedeți. Unul dă un obiect oarecare și consideră că a făcut o faptă mare, altul își dă tot sufletul și nu-i mai rămâne nimic, dar ceilalți nu văd. În ambele cazuri însă, se folosește aceeași unitate de măsură.

Lipsa dorinței de a renunța la ce este al tău este un stres viclean. Simbolic, grăsimea este tot ceva al tău, pe care l-ai strâns în lupta cu viața. Eliberați-vă de acest stres și stratul de grăsime va începe să se topească. Vorbiți cu acest strat, vorbiți cu celula de grăsime. Spuneți-i câtă teamă față de ziua de mâine ați adunat în ea. Și câtă răutate războinică! Unii se duc ei înșiși la luptă, alții îi trimit pe ceilalți. Unii luptă cu cuvântul, alții luptă cu condeiul. Unii – prin acțiune, alții prin idei. Dumneavoastră cum faceți? Gândiți-vă și eliberați-vă de răutate și de lipsa dorinței de a renunța la ce este al tău.

Tot ce pare să ne aparțină vine de la planeta Pământ. Planeta noastră nu îmi aparține mie, prin urmare, bogăția ei materială nu este a mea. Prin crearea acestei bogății eu

am primit înțelepciune de viață - singura mea comoară ce mă însoțește dintr-o viață în alta. Și dacă voi merge drept voi avea tot mai multe bogății materiale prin care voi învăța neîncetat. Trebuie să remarc că este deosebit de plăcut să utilizez aceste „manuale” școlare. Dar să nu uităm că ele sunt doar niște manuale. Nici să nu le considerăm ca fiind ale noastre, nici să nu le distrugem, întrucât ele sunt de la Dumnezeu. Dacă le distrugem ne distrugem pe noi înșine”.

Căutarea unei căi concrete, fizice de a scăpa de zbulciumul sufletesc te duce totdeauna în impas. Ca urmare începe lupta pentru viață care niciodată nu se dă fără bătălii, adică fără răutate. Iar răutatea distruge. Dar și cel care se predă fără luptă, piere. Va învinge numai cel ce gândește corect.

Există oameni grași, mai ales femei, care n-au ridicat niciodată vocea la cineva și nu au căutat să-și impună voința. Dar nici familie nu au unde să-și poată arăta forța. Prietenii îi iubesc în mod deosebit. Oamenii aceștia și-au ascuns în ei toată răutatea și îi uimesc pe toți cu rezistența lor la stres. Îi ajută și faptul că bunăvoința lor este sinceră și că se străduiesc să-i înțeleagă pe ceilalți.

Nevoia nehibzuită de a părea din ce în ce mai bun se transformă în autoreclamă. Indiferent cum se manifestă, prin lăudăroșenie, prin trucuri de reclamă sau prin dominarea concurenților, această nevoie mărește negativitatea ascunsă. Un om modest care simte că în domeniul lui de activitate face față la fel de bine ca ceilalți, care arată superb și are o capacitate de comunicare de invidiat, își va înghiți lacrimile de ciudă văzând că altuia îi merg bine afacerile, iar el nu are de lucru. Clienții aceuia sunt oameni de vază, iar la el abia de vine cineva.

Omul modest nu știe să comunice sau este atât de sensibil față de prefăcătorie, încât nu acceptă gândul de a se manifesta într-o manieră nenaturală. Dacă lângă el se află o personalitate strălucitoare, se va închide în el atât de mult, încât va fi el însuși uluit de propria-i greșală și grosolanie. Într-o astfel de stare sufletească treburile nu

pot să meargă bine. Ca întotdeauna, concluzia se trage după criterii exterioare - *are niște maniere atât de îngrozitoare, măcar de-ar face față la serviciu*. Și asta e adevărul - nu merge treaba.

Mă adresez acum aceluia care nu se simte confortabil într-un astfel de mediu de prefăcătorie. Rămâneți așa cum sunteți - sinceri, inimoși și grași. Eliberați-vă însă de teama că *nimeni nu vă iubește* și de celelalte stresuri care vă fac să suferiți și vă provoacă răutate și atunci, într-o bună zi, va găsi calea spre dumneavoastră acel om plăcut și curat la suflet pe care l-ați așteptat tot timpul. Și omul acela care căuta și el înțelegere, va simți că, în sfârșit, a găsit persoana de care avea nevoie și se va mira cum de nu v-a remarcat până acum.

Dacă vă duceți, de exemplu, la frizerie și vedeți că frizerul nu este în apele lui, să știți că are nevoie de iubire.

Oricât de abil și-ar ascunde indispoziția, veți simți că este abătut și veți avea o stare de disconfort. Eliberați-vă de lipsa de dorință de a intra în vorbă cu el, chiar dacă el este prost dispus sau dacă sunteți nemulțumit de lipsa lui de educație. Eliberați-vă și de acel stres care provine din modul dumneavoastră de a trăi și a vă comporta. Nu uitați că dumneavoastră sunteți cel care se duce la el și, prin urmare, în afară de tunsoare, mai aveți nevoie și să învățați o lecție importantă de viață. S-ar putea ca lecția să fie extrem de importantă, dar vă veți da seama abia după un timp.

Eliberați-vă și de stresul că *frizerul vă va tunde în funcție de starea lui de spirit* și nu veți mai avea ocazia să vă supărați altă dată din același motiv. Luați din inima dumneavoastră, în gând, vin pumn mare de iubire caldă - pentru că aveți destulă - și, tot în gând, trimiteți-o acolo unde ar trebui să fie inima lui.

Dacă după asta veți avea o tunsoare uimitor de frumoasă, să știți că s-a întâmplat grație bunătății dumneavoastră înțelepte. Și când veți ieși pe ușă, frizerul va gândi: „*Ce om plăcut, nu mai sunt așa prost dispus*”.

La fel vor sta lucrurile peste tot pe unde veți merge.

Eliberați-vă, prin iertare, de stresuri și vă va fi bine peste tot. Și dacă vă veți afla într-o țară străină, cu obiceiuri necunoscute, atunci veți putea să-i înțelegeți pe oamenii de acolo și nu îi veți considera:

— Nici mai răi decât dumneavoastră - acest lucru v-ar face să deveniți arogant, ceea ce ar putea fi taxat în mod dureros;

— Nici mai buni decât dumneavoastră - v-ar face să deveniți umili și în felul acesta atrageți umilința.

Prin gândurile lor, oamenii atrag asupra lor răul.

Pe același exemplu să analizăm posibilitatea unui alt mod de abordare a situației. Fiind un om bun, chiar foarte bun, vă apucați să-l întrebați pe frizer: *„Vai, dragă, ce ți s-a întâmplat? Pot să te ajut cu ceva? Nu arăți prea bine* Astfel de întrebări pot, dimpotrivă, să-l enerveze, fiindcă el se străduise să-și ascundă starea. Nu dorește să vorbească despre problema sa, el trebuie să se elibereze de ea. Un om poate să-l ajute pe altul, dacă el se eliberează de teama că *„o să i se pară că sunt rău și neomenos dacă nu o să pun la suflet problema lui!*

În general vorbind, cât de mult încearcă omul să ajute pe cineva aflat la nevoie? Această întrebare este, în esență, retorică, sunt cuvinte goale, vorbe aruncate în vânt înainte de a primi răspunsul. Ea reflectă stilul modern, rafinat de învățare a bunelor maniere. Se va înșela cel care îl va urma cu naivitate și prin aceasta va trebui să învețe. Cine vrea cu adevărat să ajute, nu vorbește mult și este serios.

Se poate întâmpla ca în bunătatea lui, chelnerul care vă servește la masă să vorbească bombastic și să fie pisălog. Dumneavoastră însă nu suportați exagerările, nici în comunicare nici în ceea ce vi se oferă. Iertați-vă intoleranța - răutatea și atunci nu vă va mai afecta nici stilul lui de comportament, sâcâitor și plictisitor.

Răutatea bună și răutatea rea

Răutatea este un stres perfid. De exemplu, răutatea față de un om concret este bine înțeleasă de toată lumea. Dar răutatea față de o situație, o problemă, un impediment

crează panică. Dacă eu spun că și asta este tot răutate, unii vor cădea pe gânduri. Nu s-ar fi gândit niciodată la așa ceva. În cel mai bun caz vor întreba: *„Cui i-am făcut eu rău cu această răutate de vreme ce eu însumi sunt silit să sufăr?”*

Când le explic oamenilor esența binelui, pe care-l facem altora, le apare uneori un fel de paralizie a gândirii, încât devine destul de primejdios să continui convorbirea. *„Reiese că toată viața eu am făcut totul incorect! E posibil ca eu să fi făcut toată viața totul incorect?”* în aceste cuvinte se simte atâta dezamăgire, încât deja nu mai poți să-i explici că din greșeli se învață și că așa a fost dintotdeauna. O nouă paralizie a gândirii duce deja la enervare - cineva îndrăznește să-i spună că a greșit.

Și atunci se poate întâmpla ca un om extrem de depresiv și resemnat să devină brusc uimitor de agresiv: *„Aha, dumneavoastră susțineți că eu aș fi trăit toată viața incorect!”* El a fost atât de ascultător și de devotat statului și se găsește cineva acum care să-i răstoarne toate principiile cu susul în jos. Așa ceva nu se poate accepta. Mai bine să sufăr eu. Și înainte reevaluarea lecțiilor de viață a dat și înainte naștere la războaie.

Va fi mai corect dacă omul, prin iertare, se va elibera de stresuri și nu va încerca să-i înțeleagă pe alții sacrificându-se pe sine, ca apoi să facă pentru alții o faptă bună, indiferent care. Să-i înțelegi pe ceilalți este un lucru anevoios și poți să și greșești, dar, eliberându-ne de stres, deschidem calea către acel bine de care avem nevoie noi înșine. De exemplu, după ce m-am eliberat de răutatea: *„oricum, binele pe care eu pot să-l fac nu este necesar nimănui”*, voi vedea brusc în pragul casei un om care are nevoie tocmai de acest bine.

Stresul este stres atâta timp cât el este fixat în mine. Dacă eu, îl eliberez prin iertare, el se poate transforma în energie a iubirii. Această schimbare din corpul meu o pot simți sub forma unui sentiment care, pentru mine, se numește bine.

Răutatea bună este răutatea pe care o dau afară.

Răutatea rea este răutatea pe care o țin în mine. Celui care privează pe cineva de libertate, nu poate să-i fie bine.

Dintre stresurile negative cea mai mare pondere o are răutatea.

Cine are abdomenul umflat în partea superioară, acela vrea să avanseze cu răutate. Autoconstrângerea duce la umflarea corpului. Abdomenul lui trebuie să răzbătă prin viață precum prora unui spărgător de gheață. *Nu mă las până nu le dovedesc că eu sunt cel mai bun. Și dacă de data asta nu reușesc, o să mă îmbăt, o să mă declar înfrânt în fața tuturor* (tot e mai bine decât să plesnească) *și voi încerca din nou.* În numele binelui, scopul scuză mijloacele. Și dacă și noua încercare eșuează, răutatea va crește și va începe să-l distrugă.

Iertați-vă răutatea cu care vă strecurați printre piedici și atunci ușile vi se vor deschide. Și binele va veni el spre dumneavoastră. Atunci va dispărea și necesitatea de a avea un abdomen mare.

O dorință ireală, ce provoacă răutate prin faptul că nu poate fi îndeplinită, duce la hernie. Majoritatea dorințelor ireale țin de sfera economică și de aceea hernia apare cel mai des în partea inferioară a abdomenului și pe cicatricele rănilor. Partea inferioară a trupului corespunde trecutului, iar partea superioară – viitorului. Dacă setea de câștig ușor a unui om dezamăgit de viață se transferă brusc în viitor, diafragma lui se va strangula. Mai simplu spus, dacă omul s-a gândit să asalteze cu răutate viitorul: *„orice aș face tot nu reușesc”*, atunci corpul îi va limita respirația. Insuficiență respiratorie severă nu-l va lăsa să facă o greșeală și mai mare.

Cine va începe să accepte că viața are și o parte nevăzută și își va conștientiza negativitatea naturală, va începe să piardă din greutate, se va mișca mai ușor și îi va fi mai ușor să facă acel bine prin care la timpul potrivit își va realiza scopurile. Ce sens ar avea ca binele să fie aruncat în vânt?

Cine va putea să nu mai impună altora propria lui

voință, va constata că stratul de grăsime de pe spate s-a micșorat. Cine va ști să se elibereze de sentimentul că *fără mine nimic nu se poate face, dacă eu nu intervin, oricum ei n-or să facă nimic*, va vedea că încep să se reducă straturile de grăsime de pe abdomen și de pe piept.

Cine spune la supărare: *„acum o să stau cât poftesc, nu-mi trebuie nimic și nici nu mă clintesc de dragul altora”*, aceluia i se va lăți fundul. Acest stres era mai rar la bărbați, dar acum devine din ce în ce mai răspândit. Bărbația este tendința de a merge înainte și bărbatul vrea să meargă, atâta timp cât îl țin puterile.

Aceluia care are în el răutatea că *„nu pot să stau tolănit și să mă bucur de viață, cum fac alții. Situația mea materială nu-mi permite acest lucru”*, fundul i se va lăți și mai tare.

Cine are în el răutatea că *„trebuie să mă scol că fără mine nu se vor descurca”*, va avea talia groasă. Stratul de grăsime excedentară se va ridica de pe fund în sus spre talie. Bărbații care au acest stres, vor avea o talie îngrozitor de mare.

Femeia care dorește să-l ademenească cu sinceritate pe bărbat pentru a merge împreună pe calea vieții, va avea sânii mari. Dacă însă îl iubește pe bărbat fără gânduri ascunse, va avea sânii normali.

Dacă femeia este încăpățânată și așteaptă ca bărbatul să facă primul pas, sânii ei vor rămâne mici. Dacă însă va renunța la încăpățânare, sânii vor începe să-i crească, indiferent de vârstă.

Dacă omul gândește ca un condamnat: *„Orice-aș face, tot nu-mi voi realiza visele”*, țesutul de grăsime devine flasc. Un suflet flasc înseamnă un corp flasc.

„Orice-aș face, voi nu vedeți bunătatea mea” – și talia devine flască.

„Nu merit să fiu iubit” – și fața, gâtul, sânii devin flasce.

„Oricum n-o să mă îmbogățesc” – fesele și coap: le devin flasce.

Dacă spui cu răutate *„o să vedeți voi de ce sunt eu 'n*

stare" - apare celulita. Atunci, într-adevăr, totul se vede perfect. Bazele se pun acolo unde răutatea este cea mai arzătoare. Cel mai adesea pe coapse și pe fese, întrucât pentru omul contemporan munca este un mijloc de autoafirmare. Omul își dovedește valoarea prin muncă.

Bunătatea poate fi măsurată și cântărită prin răutate

Răutatea este stresul care consumă cea mai multă energie.

Trupul are nevoie de hrană. De obicei oamenii nu știu de ce s-au enervat. Trebuie să te gândești la ceea ce te-a enervat. Nu vor să-și amintească și se apucă să mănânce. Dacă simțiți că sunteți sătul și totuși mai vreți să mai mâncați, înseamnă că aveți o răutate împotriva acelor care nu vă acceptă bunătatea. Începeți prin a vă ierta această răutate. Iertați-vă răutatea care vă face să vă simțiți mai presus decât ei. Iertați-vă răutatea față de cei care vă consideră inferiori numai pentru că sunteți gras. Ei nu vă pot depăși prin nimic altceva.

Cu cât vă veți elibera mai energic de aceste stresuri, cu atât mai repede vi se va diminua pofta de mâncare. Stresurile dumneavoastră sunt cele care nu se satură niciodată. Ele au apărut să vă învețe că binele pe care îl puteți oferi va fi solicitat doar atunci când nu veți mai vrea să dominați cu răutate. Când vă veți elibera de ele, totul se va aranja de la sine. Ar fi mai bine să vă eliberați în permanență de stres și nu doar în cazuri extreme.

Și eu provin dintr-o familie de grași pe linie feminină. Doar o mătușă era puțin mai slabă. Tot timpul ea făcea câte ceva pe fugă, zorită de teama *să nu cumva să fie mai prejos decât vecinii*. Cu alte cuvinte, era stăpânită de frica „*nu voi mai fi iubită, dacă voi fi mai prejos decât alți?*”. Toată lumea o considera un om foarte bun, săritor, generos și plin de viață. Neavând copii, s-a ocupat de copiii rudelor sale și de orfanii de război. Ulterior, toți s-au îndepărtat de ea. Nu i-a învinovățit și nu le-a reproșat lipsa de recunoștință. Își făcea socoteli cum să fie mai bună decât alții. Nevoia ei de a fi apreciată și dorința de a se îmbogăți s-au dovedit a fi atât de puternice, încât au dus-o în

mormânt la vârsta de 54 de ani din cauza unui cancer la stomac. Jenată de faptul că ceilalți o văd că nu se mai potolește, ea lucra noaptea, când tot satul dormea. Cancerul de stomac, dacă mai Țineți minte, este o dușmănie îndreptată împotriva propriei persoane. Esența ei este următoarea: *indiferent cât aș munci, nu pot să obțin ce am nevoie*. În felul acesta, binele exagerat s-a transformat într-un rău exagerat.

Eu aș vrea foarte mult ca prin apariția mea să ispășesc păcatele (karma) acestei linii din neamul meu. Nu degeaba am apărut pe această lume. În plus față de karma neamului și a familiei mele, mi-am asumat și stresurile personale.

De exemplu, am simțit recent că povara muncii mele este atât de grea, încât nu mai vreau să mai am de-a face cu oameni care nu vor să ȚȚealeagă, și cu oameni care au strâns ȚȚ ei atȃta răutate, încȃt nu vȃd și nu aud nimic, ci doar o ȥin pe-a lor. Pe mȃsurȃ ce enervarea mea creștea, atrȃgeam și mai mult spre mine genul acesta de oameni. Greutatea mea rȃmȃnea și ea stabilȃ.

Am ȥncercat sȃ mȃ amȃgesc muncind. Cȃnd muncești toatȃ ziua, nu-ȥi mai arde de mȃncare. Și eu munceam, nu cȃntam, cȃt era ziua de mare. Dar nici ne mȃncȃnd nu am slȃbit. Dimpotrivȃ, cȃnd ajungeam seara acasȃ și de curiozitate mȃ cȃntȃream, constatam cȃ iarȃși am luat ȥn greutate. Nȃucȃ de obosealȃ și ȥncercȃnd sȃ-mi ȥnȃbuș nervozitatea pentru a nu-mi tulbura familia, mȃ prȃvȃleam pe un scaun și ȥȥtr-un sfert de orȃ ȥȥghiȥeam toatȃ porȥia pe o zi.

Știu cȃ mȃncarea nemestecatȃ cȃt trebuie favorizeazȃ acumularea grȃsimii. Cunosc și faptul cȃ afirmaȥia, tipicȃ pentru oamenii grȃși - *eu nu mȃnȃnc mult* - nu este adevȃratȃ. Persoanele grase mȃnȃncȃ foarte mult ȥȥtr-un timp scurt. Pot sȃ stea și nemȃncȃȥi, stratul de grȃsime le permite acest lucru, dar nu mult timp. Corpul lor asimileazȃ toate kaloriile, nu lasȃ nimic, cȃci cum altfel ar putea acești oameni sȃ lupte pentru un viitor luminos?

Dupȃ ȥȥfȃȥșare eu sunt un om bun, sunt liniștitȃ,

binevoitoare, ajut cu abnegație pe cei aflați în suferință. O povară excesivă îl înrăiește pe orice om. A munci în exces în plan fizic nu înseamnă altceva decât că vrei să fii iubit de ceilalți. Nu m-a ajutat nici măcar faptul că știam că răutatea îngrașă, deși în fiecare zi mă eliberam de răutate. Cu cât mă eliberam mai mult, cu atât povara pe care o luam asupra mea la serviciu, era și mai mare. Mă biciuia teama că *nu voi mai fi iubită dacă nu-i ajut pe toți cei care au nevoie*. Când le arăt oamenilor că gândurile lor nu sunt corecte, ei îmi răspund: „*JJ-am gândit așa*”. Nici eu n-am gândit și n-am procedat bine. Trebuie să te gândești la gândurile tale pentru ca nu cumva dintr-un gând frumos să se nască o faptă urâtă.

Într-o dimineață mă trezesc cu o durere puternică în spate. Mă privesc și văd o răutate față de cei care nu doresc să primească această minunată înțelepciune Divină, al cărei intermediar am fericirea să fiu eu și pe care o propovăduiesc cu tot focul inimii. Acest lucru era echivalent cu faptul că ei nu mă înțeleg, nu mă iau în considerare, deci nu mă iubesc. Dorința de a le întoarce spatele, de a nu-i mai vedea, de a trece mai departe, de a fi mai presus ca ei, numai să mă lase în pace, m-a trezit în acea dimineață ca să-mi spună: „*Dacă n-o să faci ceva, astăzi vei avea o zi grea. Dacă nu mă eliberezi, atunci se va întâmpla ceva mai îngrozitor decât luarea în greutate*”.

Am știut că așa este. Am început să iert din tot sufletul acest stres și să-i cer și eu lui iertare că l-am cultivat atât de mulți ani. Căci el exista în mine din copilărie sub formă de frică și dispreț față de prostia omenească. Cu trecerea anilor el s-a complicat, reflectând specificul vremurilor, însă esența a rămas aceeași. Aceeași răutate m-a inspirat să studiez tot ceea ce există în lume – aceasta este partea ei pozitivă. Timp de o jumătate de oră, am vorbit cu stresul meu ca și cum aș fi vorbit cu cineva de la care ai ce învăța, de la care ai de ce să-ți ceri iertare și care sub nicio formă nu îmi vrea răul, ci încearcă, în măsura posibilităților, să mă ajute, dar ale cărui semnale eu le-am ignorat.

Prostia omenească este demnă de dispreț - așa considerăm cu toții. Sau nu sunteți de acord cu mine? Ar fi îngrozitor dacă prostia ar fi pusă la loc de cinste! Înainte și eu gândeam la fel.

Dar acum nu mai gândesc așa. Dacă cineva vrea să fie prost, are tot dreptul. Eu m-am eliberat prin iertare de gândurile mele greșite și durerea a dispărut. Am văzut în fața mea răutatea care se găsea sub forma unei liniști înțelepte și nobile și i-am mulțumit pentru faptul că încă o dată m-a făcut mai deșteaptă.

A urmat cea mai grea zi din toată istoria activității mele de terapie alternativă. Nu mi se întâmplase până atunci ca într-o singură zi să mă aflu față în față cu un număr atât de mare de materialişti supărați, de bolnavi apatici, de nihilişti absoluți și de oameni care îl urau pe Dumnezeu și își urau părinții.

Mi-am cufundat privirea în ei cu o atenție calmă și nu m-a afectat deloc faptul că ei nu aveau intenția să creadă ceea ce le spun. Pur și simplu știam că urma ca ei să mai învețe prin suferință și îmi părea rău să le-o spun cinstit. Era o adunătură de oameni nemulțumiți, a căror exigență față de lume îi îmbolnăvisese grav, iar acum, se întorseseră automat împotriva mea, deoarece nu se vindecaseră imediat și fără niciun fel de condiții, pentru ca să poată să-și înfăptuiască răul lor și în continuare.

Știam ce nu le convenea, totul era problema lor personală.

Mulțumită liniștii mele sufletești, spre sfârșitul consultației jumătate dintre ei și-au și recăpătat capacitatea de a raționa și o atitudine activă. Gheața fusese spartă.

Eram fericită că toată ziua nu simțisem, măcar o dată, vreun pic de animozitate, iar seara m-am simțit foarte vioaie. Eram încântată de forța stării mele de spirit, de noul meu mod de a fi. Senzația de oboseală cruntă care se acumulase de multe luni, dispăruse: Mă eliberasem de răutatea față de proștii care nu vor să învețe. Din ziua aceea mia dispărut pofta nestăpânită de mâncare, pe care

o aveam seara.

Dacă mă veți întreba acum de ce mă supăr, din moment ce știu ce se poate și ce nu se poate, vă spun în secret: totuși sunt și eu un om, iată de ce. Vrem sau nu vrem, trăim într-un câmp comun* care ne influențează pe toți. Eliberarea de negativitate este o muncă imensă și serioasă, mai ales atunci când omul și-a închinat toată activitatea în slujba binelui celorlalți.

Cine știe să se elibereze de absolut toate stresurile și, prin aceasta, de toate emoțiile, acela își pierde corpul fizic. Și aceasta nu va fi neapărat moartea. Dar, despre această temă vom vorbi în altă carte.

Omul nu este obligat să fie lipsit de negativitate; negativitatea și pozitivitatea lui trebuie să se echilibreze astfel încât să aibă loc o permanentă transformare a răului în bine.

Nu trebuie să ne rușinăm de negativitatea noastră, dar nici nu trebuie s-o fluturăm cu mândrie în fața întregii lumi. Trebuie să o recunoaștem și să o eliberăm, întrucât ea constituie lecția noastră de viață care, indiferent că am trăit zeci de vieți anterioare, a rămas încă neînvățată.

Vă reamintesc și repet: orice om este suma dintre tatăl și mama lui. Îngrășarea este o problemă a țesuturilor moi. Se îngrașă ușor oamenii ai căror mame au acumulat în ele o mulțime de stresuri și care duc o luptă nemiloasă cu viața. Conform legilor vieții, totdeauna unul se desprinde și o ia înainte, iar altul rămâne în urmă. Cel care rămâne în urmă dorește cu ardoare să ajungă în față, iată de ce sexul feminin se străduiește din toate puterile să țâșnească în față măturându-i din drum pe aceia care îi stau în cale.

Întrucât noi singuri ne alegem mama, noi apărem pe această lume ca să învățăm, în afară de multe alte probleme, și cum să atingem greutatea normală. Dacă nu ați învățat încă, atunci începeți chiar acum. Înainte de toate începeți să vă eliberați prin iertare de răutatea că *„în viață nu este totul așa cum vreau eu”*.

Unui materialist îi va fi greu să înțeleagă cum se

poate vindeca prin gânduri, întrucât acest lucru nu i s-a predat la școală. Noi toți, unii într-o măsură mai mare, alții într-una mai mică, suntem prizonierii materialismului. Dar și materialistul are o calitate remarcabilă – el învață pe de rost tot ceea ce este rațional și logic, dacă are un scop de urmat.

Un sătean mi-a spus odată zâmbind ironic:

„Bună cârtică, totul e scris bine, o citești și îți place. Am citit cinci pagini și am adormit. Sufletul se liniștește, sănătatea se îmbunătățește cu adevărat, dar în ceea ce privește problemele economice, nu există să mi se umple buzunarul, dacă eu mă eliberez de frica legată de bani. De răutatea că nu pot să-mi cumpăr un tractor din cauza căderii economice a statului, hai că aș putea să mă eliberez”. După părerea lui, nu are rost ca doi oameni buni (el și eu) să se certe, cu atât mai mult cu cât o discuție și un schimb de gânduri plăcute pot să influențeze în bine sănătatea.

Un materialist înfocat începe întotdeauna să gândească; el se îndoiește, dar nu neagă. Forța voinței, determinarea lui sunt de admirat. Întrucât sănătatea i s-a îmbunătățit, el a decis că nu ar fi rău să-și îmbunătățească și situația financiară. Se poate și risca, nu știi niciodată de unde sare iepurele. Sănătatea, iată, s-a îmbunătățit, așa că, ce-ar fi să... Cum s-o fi desfășurat lupta lui interioară cu el însuși, rămâne taina lui. Data următoare el mi-a spus: *„Uite că nu aș fi crezut că un șoarece se poate băga el însuși în labele unei pisici care doarme, dar acum cred. Important este ca creierul pisicii să nu doarmă”*. După ce s-a eliberat de gândurile lui negative, omul a câștigat o sumă serioasă de bani.

Apropo, în viață nimic nu este etern. Totul se schimbă – binele în rău, răul în bine. Cine a fost înainte un mare materialist, are acum posibilitatea să devină mare în spirit. Cine se mișcă pe drumul fizic, acela se mișcă și pe calea spirituală. Important este să ai răbdare să înveți să meditezi asupra, propriilor gânduri, căci numai așa este posibil să evoluezi.

De la cel care nu crede și care s-a înrăit, nu poți aștepta nimic altceva decât pieirea.

Sunt nevoită în fiecare zi să subliniez că dacă vă eliberați cu adevărat de stres, o ofertă avantajoasă poate să se ivească chiar și atunci când dormiți. Oamenii care s-au eliberat de un stres economic concret, de exemplu, frica plus răutatea provocată de faptul că *nu-și pot permite să-și cumpere ceva foarte important*, pot descoperi brusc, cu uimire, că banii adunați nu numai că le-au ajuns pentru procurarea acelui obiect mult dorit, dar le-a mai și rămas ceva.

Recent, eu însămi am făcut o mare cumpărătură cu o reducere de 60% întrucât eu cred în forța iertării, cred în spiritul meu care mă conduce pe calea cea dreaptă atunci când îl deschid prin iertare.

Prin iertare eu mă deschid pe mine pentru mine însămi. Spiritul meu care vrea în mod constant să mă ajute, dar pe care eu îl încătușez prin stresurile mele – sunt eu însămi.

Despre cei care fac rău

Bunii răi sau fals răi sunt oamenii al căror rău este îndreptat spre afară și îl văd toți. Reprezentanții tipici ai acestei categorii sunt bărbații și criminalii. Ei bine, fiecăruia dintre noi îi este cunoscută situația când cineva care își exprimă zgomotos revolta devine mai rău dacă îi spui că este rău.

Omul rău-intenționat este acela a cărui frică „*nimeni nu mă iubește*” s-a transformat în răutate. Cu cât această frică este mai puternică, cu atât mai aprigă este lupta lui pentru existență și cu atât mai mare răutatea. Apropo, acești oameni răi sunt toți născuți de niște mame.

Cel mai agresiv devine cel mai timid. Întrucât oamenii nu știu că frica cea mai mare este aceea că *lumea nu mă iubește*, pe parcursul bătăliei ea se transformă în autoapărare răutăcioasă și trec la atac: „*n-aveți decât să nu mă iubiți!*” Apare dorința de răzbunare. În momentele de furie, dorința de răfuială poate să răbufnească cu o asemenea forță, încât să nu mai existe niciun fel de

autocontrol. Urmează apoi violența la adresa persoanei care a fost cauza răutății. Prin aceasta răutatea nu face altceva decât să crească și cu fiecare clipă care trece îi va fi tot mai ușor să se manifeste. Vioența devine din ce în ce mai sângeroasă și îl face pe om să comită crima premeditată.

Pe un om dezechilibrat poate să-l înfurie o remarcă supărătoare, o privire dojenitoare, o laudă a unui om băut sau o față neajutorată și plânsă. Totul depinde de cât de mult a trebuit să sufere omul respectiv în viață.

În principiu, totul începe de la învinuire. Omul care suferă din cauză că este învinuit, devine atât de sensibil încât nici nu e nevoie de cuvinte, și fără de el își dă seama despre ce e vorba. Din acest motiv, fiecare dintre noi trebuie să-și revizuiască propriile gânduri pentru a nu atrage răul asupra sa.

Cui îi este frică de criminal, pe acela criminalul trebuie să-l sperie.

Cine-l urăște pe criminal, acela trebuie să sufere prin intermediul lui.

Dacă un bun rău ar înțelege că cu cât seamănă în jurul său mai mult rău, cu atât crește binele lui ascuns, atunci ar dobândi sentimentul propriei sale demnități și ar ști să găsească o cale de ieșire chiar și dintr-o situație extremă, întrucât rezerva lui interioară de bine este foarte mare. După cum se știe din thriller, un mare criminal este de obicei purtătorul unei mari iubiri. Ar fi de ajuns ca cineva să-l iubească cu adevărat! Din păcate, societatea își amintește de criminali doar atunci când îi convine - în cazul unui pericol deosebit, atunci când îi este milă să sacrifice viața unui om normal. O societate nemiloasă crește ea însăși criminalul ca apoi să se comporte cu el ca și când ar fi un obiect.

Mi se reproșează uneori că sunt, chipurile, îngăduitoare cu criminalii. Fiecare este liber să gândească cum îi place. În realitate, eu i-am ajutat însă pe acei părinți care nu au fost în stare să-și înțeleagă copiii, să preîntâmpine transformarea lor în criminali. Prin

intermediul meu se poate pătrunde în esența criminalității. Acei oameni, ai căror membri de familie, rude sau cunoștințe au avut parte de o asemenea nenorocire, mă înțeleg mai bine decât ceilalți. Ar fi bine dacă persoanele interesate s-ar apuca să se corecteze în mod conștient.

Pentru un criminal ar fi îndeajuns ca el să-și direcționeze energia în direcția bună și atunci dintr-un distrugător s-ar naște un ziditor. Pentru aceasta este necesar, ca el să aibă unele cunoștințe. Vreau să sper că cele expuse în această carte vor veni în ajutorul celor pe care oamenii buni nu vor să-i înțeleagă sub nicio formă.

Dacă criminalul și-ar ierta răutatea că *pe el nu-l iubește nimeni* și spaima că *nimeni nu-l iubește*, atunci ar atrage iubirea adevărată, pentru care nu are însemnătate nici opinia publică și nici condamnarea generală. El ar găsi omul pe care să-l iubească și care l-ar iubi pe el, cel respins, așa cum este el.

Fiecare om care se eliberează prin iertare de frica *nimeni nu mă iubește*, va putea simți că este iubit. Poate să pară neverosimil, dar este adevărat.

Recent, nu puteam în niciun fel să-i explic această problemă a binelui și a răului unui pacient din cale-afară de bun, care suferea de o boală foarte grea, și m-a ajutat un exemplu simplu.

Dacă eu aș fi căzut într-o groapă unde nu ar putea ajunge niciun utilaj, ci doar omul, l-aș fi rugat pe Dumnezeu așa: „*Dragă Doamne, te rog, trimite aici un criminal, trimite pe cel mai crunt recidivist! Indiferent cât ar fi de sumbru, de murdar și de îngrozitor. Numai el mă poate salva de la moarte, fiindcă numai el nu și-a irosit în vânt iubirea. Nu-mi trimite un binefăcător, eu vreau să trăiesc!*” Și dacă el va apărea și mă va scoate din groapă, iar eu, nerecunoscătoare, o să încep să scâncesc din cauză că mi-am rupt rochia, el să-mi tragă un pumn, să mă drăcuie și să plece. Și ar proceda corect! Dacă eu nu am înțeles până acum de ce am căzut în groapă, ar trebui să înțeleg de ce acum am o vânătaie sub ochi. Așa învață criminalii lumea, dar lumea chiar și cu un picior în

prăpastie fiind, nu poate înțelege.

Cu cât scade mai mult numărul oamenilor echilibrați, cu atât va crește numărul celor dezechilibrați. Cu cât binele vizibil este mai mare, cu atât este mai mare și răul vizibil.

Numărul oamenilor buni crește mereu, dar situația pe Pământ se înrăutățește. Acum a sosit vremea ca cei răi să salveze Pământul. Numai unitatea contrariilor asigură echilibrul.

Criminalul de care are nevoie lumea nu piere. Un criminal extrem de negativ atrage el însuși asupra sa pieirea. Fie de mâna legii, fie de arma unui confrate, sfârșitul tot și-l va găsi.

Atâta timp cât criminalul este în viață, viața îl iubește și pe el în aceeași măsură în care ne iubește pe noi, oamenii onorabili. Datoria noastră este să-i înțelegem măcar și să medităm asupra greșelilor noastre care deschid calea către criminalitate.

Ce este crima?

Un bărbat de nestăvilit în furia lui este un om rău. Acest lucru este atât de evident, încât nimănui nu-i trece prin minte să dovedească contrariul. Metaforic vorbind, este un fel de hârdău plin cu răutate aruncat în fața adversarului. Într-o asemenea situație nimeni nu vede că victima celui înfuriat și-a atras ea însăși asupra sa această încercare. Oamenii nu înțeleg că nu există întâmplare.

Ați încercat vreodată să numărați de câte sute de ori pe zi poate un om bun să bombăne, să bodogănească, să reproșeze, să facă aprecieri, să întrebe supărat: „*Asta de ce-i așa? Asta de ce-i pe dincolo? De ce nu ai făcut așa? De ce ăla nu a făcut pe dincolo? De ce asta e o prostie? De ce nu e bine?*” Și așa mai departe.

Observați pe câte tonuri pot fi puse aceste întrebări. Indiferent cum sunt puse – cu răutate, calm, revendicativ, tăios, alarmat, plângăreț, iritat, cu invidie, smiorcăit, posac, cu ură, caustic, ironic – în spatele tuturor acestor întrebări se ascunde o învinuire. Aceste nenumărate învinuiri, întocmai ca picăturile de apă, cad și se adună

formând o mare care inundă totul în jur, dar acest lucru omul bun nu-l vede. El vede doar acel hârdău plin cu răutate și opinia lui nu poate fi zdruncinată.

Soldatul își omoară dușmanul cu o armă de foc. Moartea survine rapid, fără chinuri. Cel care învinuiește, își omoară apropiații prin învinuiri, chinuindu-i zeci de ani.

Mai există încă o categorie de oameni buni (răi) - cei care se holbează la lume cu neîncredere, suspiciune și spirit critic. Ei seamănă cu o apă care se prelinge încet pe o stâncă și jos formează un lac liniștit, frumos, dar periculos. Ei se consideră oameni echilibrați; de altfel așa îi consideră și ceilalți, și, totuși, în prezența lor te simți oricum, numai bine nu. Starea lor veșnic încordată ca un arc îi îmbolnăvește atât pe ei cât și pe cei din jur, în special pe membrii familiei. Când anume se va umple paharul suferințelor fiecăruia dintre ei, aceasta este deja o altă problemă.

Părerea lor despre ei înșiși, ca și părerea celorlalți despre ei, este de nezduncinată, ca o stâncă. Frecvent, aceste persoane fac tireotxicoza - relația lor cu lumea, din care fac parte și ei, este toxică, sau mai simplu spus, otrăvitoare. Dacă această răutate se amplifică, niște ochi mari și frumoși - participanți la comunicarea vizuală - pot, pe neobservate, să devină bulbucăți. Acesta este vin atac. O astfel de privire este greu de suportat.

Un gen de învinuire îl constituie și aprecierea. *„Ce este rău în faptul că mi-am spus părerea?”* - se miră oamenii. *„Eu nu i-am vrut răul! El (ea) trebuie să se schimbe* Cel care face aprecierea, trebuie să înțeleagă că ea este subiectivă și nu obiectivă. O apreciere negativă, fără un sfat constructiv, este o învinuire vulgară.

De exemplu, atunci când un profesor apreciază un elev pe baza cunoștințelor lui, aceasta este o apreciere obiectivă. Foarte puțini dintre profesori sunt capabili să-și păstreze obiectivitatea și de aceea școala din ziua de astăzi este grea. Adesea, pentru copii, ea este un obstacol greu de învins, deoarece ei au devenit deosebit de sensibili. Problema nu este în programa de învățământ, ci în

nedreptate.

Acasă copiii se revoltă împotriva școlii, iar la școală împotriva celor de acasă. A spune adevărul în față este o problemă complicată și în plus copilul este o ființă lipsită de apărare. Fără profesori cum-necum te mai descurci, dar ce faci fără părinți? De aceea profesorii nici nu îndrăznesc să deschidă gura în apărarea copiilor: armata părinților este mai numeroasă și profesorul va suferi cu siguranță o înfrângere. Părinții înfierează școala cu mare plăcere, neînțelegând că fără școală, fără învățătură, copiii devin în viață niște nulități. Ambele părți nu au destulă înțelegere și comit destule greșeli.

Atâta timp cât există dreptul celui mai mare și mai puternic, cei care suferă sunt cei mici. Dar încetișor ei vor crește și într-o bună zi vor începe, direct sau indirect, să se răzbune pe cei vinovați de suferințele lor. Dar pe care dintre ei? Viața dovedește că elevii se răzbună mai rar pe profesori. Deși micile năzbâtii ale elevilor au devenit azi mai crâncene, în general, despre școală se vorbește ulterior în termeni buni. În relațiile cu părinții se observă o tendință inversă.

Cauza bolilor copiilor o constituie familia. Școala doar le amplifică.

Una din cele mai dureroase forme de apreciere o constituie comparația. *„El este mai bun decât tine! De ce el poate fi bun, iar tu nu poți?”* – i se spune copilului. După asemenea cuvinte el fie cade în depresie, fie începe să se revolte. Cel mai des, o astfel de comparație începe imediat după nașterea celui de-al doilea copil. Noul-născut este mai bun decât primul! Băiatul este mai bun decât fata! Copilul soțului actual este mai bun decât copilul fostului soț! Copiii îndură de la părinți o nedreptate și o înjosire monstruoase. Ei sunt obligați să suporte acest lucru numai pentru că au venit pe lume ca să-i iubească pe acești părinți și să le corecteze greșelile. Lăsarea copilului pe planul doi poate deveni o sursă de gelozie care ulterior va strica relațiile dintre surori și frați. Copilul simte că aparține unui sex mai puțin apreciat și atitudinea lui față

de sexul opus începe, sub influența răutății, să capete o formă denaturată. Din el va crește un om care va înjosi sexul opus.

Copilul respins caută deseori moartea. Mi s-a întâmplat ca la consultație chiar și unii micuți de trei-patru ani să dea din cap afirmativ când le-am spus: *„tu, dragul meu, vrei să mori pentru că simți că nu ești iubit, pentru că ți se spune că ești rău chiar și atunci când dorești foarte mult să le faci bine celorlalți, dar lor acest lucru nu le place* Copiii se consolează imaginându-și scene în care se văd culcați în mormânt, ca în plânsul părinților să-și găsească confirmarea faptului că aceștia îi iubesc.

Atunci când pe părinți îi leagă iubirea, o astfel de situație este exclusă. Nu căutați defectele la copii, ci căutați-le în voi înșivă. Puneți-vă în locul copilului și numai atunci să spuneți dacă lui îi este ușor. Pentru a judeca nu ai nevoie de minte, ci trebuie să încerci să înțelegi. Nu există un sentiment mai îngrozitor decât acela că nimeni nu are nevoie de iubirea ta și că nimeni nu are nevoie de tine. Copiii trebuie să simtă iubirea la fiecare pas. Părinții țin minte momentele când ei au fost tandri, dar nu țin minte momentele când l-au împins, l-au dat la o parte. A cere iertare de la copil li se pare inutil, chiar înjositor.

Când se află în stare de stres chiar și cel mai bun om nu se mai înțelege nici el pe el și nu-i mai înțelege nici pe ceilalți. Poate avea alături un tovarăș de viață înțelegător, care gândește corect și se eliberează de stresuri, dar el fiind stresat își cultivă intens sentimentul de vinovăție și la atingerea punctului critic începe chiar să-i fie silă de liniștea pașnicei sale jumătăți.

Dacă, dorind să-și manifeste interesul și grija plină de iubire, consoarta îl întreabă: *„unde te duci?”*, celălalt răspunde: *„Trebuie să-ți dau ție socoteala?”* Și trecând la un ton răspicat va enumera demonstrativ toate treburile și planurile pe care le are. El înțelege că provoacă scandal, dar în același timp dorește și nu dorește să se certe.

Cu un zâmbet forțat, lasă să se înțeleagă că ar vrea să meargă la o expoziție, dar celălalt are deja ochii în

lacrimi. Din cauza sentimentului crescut de vinovăție, primul cată un vinovat și fiecare cuvânt care i se spune consideră *ci* e o învinuire. La rândul său, celălalt, din cauza stresului că nu este iubit, a devenit atât de temător încât nu mai vrea să dea ochii cu niciun om care ar putea să îl învinuiască. Nicio parte, nici cealaltă nu este în stare să înțeleagă ce se întâmplă și zidul dintre ei devine și mai gros.

Până când nu se eliberează amândoi de sentimentul de vinovăție, ambii vor fi circumspecți. Circumspecția este o frică, iar frica atrage acel ceva de care ți-e frică. În final, sufletul va fi de fiecare dată rănit. Niște cuvinte bune pronunțate pe un ton de învinuire, devin învinuire. Scuzele și o evaluare a situației pot diminua durerea apărută.

Dacă acest lucru nu este făcut, atunci apare un moment în care cel care a învinuit va cunoaște pe propria piele ce înseamnă să fii învinovățit fără motiv.

Când le spui soțului și soției că au făcut o greșală, reacția lor este diferită: Soțul gândește: „*Ce am făcut?*” Soția gândește: „*Ce mi-a făcut?*”

Dacă soțul se va elibera de sentimentul de vinovăție, nu va mai fi învinovățit. El nu mai are nevoie să caute justificări care să se transforme în învinuiri. Dacă soția se eliberează de sentimentul de vinovăție, natura ei de învinuitoare va înceta să mai caute cusururi soțului și întregii lumi. Și atunci în sufletul amândurora va domni liniștea.

Când omul simte că celălalt este mereu nemulțumit de el, grija, duișia și tandrețea lui se tocesc. El se simte vinovat că nu știe să facă lucrurile cum i-ar plăcea celuilalt, în final apare reacția de apărare sub forma spiritului de contradicție, de împotrivire, de agresiune. Adeseori se spune: „*Eu am fost bună cu el, iar el...*” îmi cer scuze, dar aceasta este părerea dumneavoastră. Nu cumva ați fost bună cu el, ca și el să fie la rândul lui bun cu dumneavoastră? Ați negat iubirea ca apoi să cereți să fiți răsplătiți. Gândiți-vă și corectați-vă greșelile, măcar pentru dumneavoastră înșivă, ca să vă vindecați în mod înțelept

de durerea sufletească și să nu vă bazați numai pe faptul că timpul le vindecă pe toate.

Deși proverbul spune că timpul vindecă rănille, dacă ne gândim la sensul acestor cuvinte, atunci timpul ne oferă doar timp. Timpul în sine nu poate face nimic altceva. Puteți să încercați să înăbușiți durerea sufletească, obligându-vă să nu vă mai gândiți la ce a fost, dar aceasta nu este vindecare, ci autoînșelare.

Stresul – componentă a vieții

Tot ce există pe lume are două fețe. Și gândul la fel. Sentimentul de vinovăție este bun atâta timp cât nu depășește limitele sentimentului de responsabilitate care îl determină pe om să meargă înainte. Răutatea este bună atâta timp cât din ea izvorăște forța de apărare a vieții. Le numim stresuri pozitive.

Ne-am obișnuit să considerăm stres tot ce este negativ. Frica „*nimeni nu mă iubește*” blochează rațiunea. Omul își pierde capacitatea de a gândi și se formează în el un lanț de stresuri cu efect de avalanșă – sentimentul de vinovăție crește și se transformă într-o dorință pătimașă, iar ea, la rândul ei, se transformă în răutate până când vine pieirea.

Sentimentul de vinovăție îl face pe om slab și receptiv la rău.

Frica atrage răul.

Răutatea distruge.

Sentimentul de vinovăție este stresul inimii. Dacă cineva a făcut în viață ceva greșit sau nu a făcut ce trebuia sau a lăsat o greșeală necorectată, în sufletul lui apare un inexplicabil sentiment de vinovăție. Dacă nu se va elibera de acest sentiment de vinovăție, va atrage asupra sa învinuirea.

doare sufletul și am o povară pe inimă, simt că mă sufoc” – spune un asemenea om. Aceasta înseamnă că sentimentul de vinovăție s-a așezat ca o greutate pe inimă și circulația sângelui se încetinește.

Care este destinația sângelui?

Sângele alimentează celulele și elimină reziduurile în

organele de evacuare. Odată cu încetinirea circulației sângelui se reduce atât procesul de alimentare cât și cel de purificare.

Nemaifiind alimentată, celula moare și trebuie scoasă din corp. Circulația sângelui fiind încetinită, acest proces este îngreunat. Corpul începe să acumuleze tot mai multe reziduuri. Ne putem trata cu cele mai bune medicamente din lume, cu cele mai bune detoxifiante naturale, putem să devenim vegetarieni, dar dacă sentimentul de vinovăție crește, nimic nu ne poate ajuta.

Pentru a fi mai clară, voi da un exemplu banal – dacă murdăria curge cu viteză prin țevile de canalizare, acestea rămân curate; dacă ea curge încet, țevile se vor înfunda. Acesta este simplul adevăr despre bolile cardiovasculare, iar numărul celor bolnavi crește vertiginos.

Sub presiunea vinovăției, omul obosește repede, îi scade capacitatea de a munci, devine indiferent față de muncă și de viață. Îi scade rezistența la suprasolicitări și apare boala. Dispare interesul față de viață, viața își pierde sensul și apare depresia. Este momentul cel mai potrivit pentru apariția fricii. Frica este pentru om cel mai cunoscut stres. Ea apare, ca un prieten, pentru a te avertiza: *„Mai poți să schimbi ceva. Încă mai e posibil să te salvezi de la pieire”*.

Dacă și acest avertisment este ignorat, apare răutatea care începe să distrugă. Așa cum am spus deja, răutatea este stresul cel mai perfid. Mijlocul prin care se realizează un scop, în aparență bun, este răutatea, pe care n-o numim răutate.

„Urăsc această viață, nu-mi aduce decât suferințe. Sa ales praful de cele mai minunate planuri ale mele”. – mi-a spus o femeie extrem de reținută. Ea considera că are dreptul la tot ce dorește. Soțul ei, om tânăr, a murit subit de infarct. Acum îi murea de leucemie copilul, singurul ce-i mai amintea de soțul ei, copilul, în care ea își pusese toate speranțele.

Dacă omul vrea să primească mult, dar nu vrea să dea nimic, va pierde tot.

Dacă femeia își învinuiește soțul că nu este capabil să-și întrețină familia și să o iubească, capul familiei va dispărea împreună cu iubirea lui. Dacă dorim ca cineva numai să dea, nu va ieși nimic – el pur și simplu va părăsi familia și adesea și viața. Acum, consumatorul rămas singur poate să învețe de la viață.

Lupta permanentă pentru putere – necesitatea de a fi mai presus de alții, începe, de regulă, de la învinuire. După cum ați văzut, oamenii învinuiesc chiar viața, fără să-și dea seama că acest lucru se petrece din cauza unei gândiri incorecte.

Omul se învinuiește tot mai mult pe sine însuși. Autoflagelarea distruge ținta cel mai bine, ca un lunetist, fiindcă nimeni nu știe mai bine care sunt punctele vulnerabile decât persoana în cauză. Această problemă se referă în special la cei care au un complex de inferioritate ce nu le permite să se afirme. Încercându-și amarul în alcool, ei depășesc măsura și dorința lor de a-și apăra propria demnitate crește și se transformă în egoism. Indiferent câtă avere au, ei reduc viața la bunăstarea materială. Așa se face că, stând la aceeași masă, și săracul și bogatul își înecă în votcă aceleași necazuri și apoi, fără să se vorbească, se duce fiecare la casa lui și începe să se lege de nevastă și de copii. Cineva trebuie să fie vinovat! În felul acesta, același stres îi face să se comporte la fel, chiar dacă nu au același nivel de educație și de bunăstare. Cu cât poziția socială ocupată anterior era mai înaltă, cu atât cad mai mult.

În Estonia, 80% dintre sinucigași sunt bărbați. Pentru ei, rolul de judecător este jucat de autoflagelare. Ei se învinovătesc că n-au știut să dea vieții ce le cerea ea. Setea de câștig le-a stins lumânarea vieții. Dacă ar fi știut să se elibereze de sentimentul de vinovăție, tragedia ar fi putut fi evitată.

Învinuirea este o armă tactică puternică, venită din subconștient. Îi poate rezista cu calm și fără durere numai o persoană care s-a eliberat de sentimentul de vinovăție și este liniștită sufletește. Numai o astfel de persoană poate

privi liniștită în ochii celui care o învinovățește și să-i urmărească gândurile. Deseori, oamenii încearcă să mă convingă că nu pun la suflet învinuirile ce li se aduc, că nu au un sentiment de vinovăție din moment ce știu că nu sunt vinovați.

Dacă vă dau lacrimile, dacă v-ați supărat, dacă, mâhnit fiind, ați spus „*cum este posibil*”, dacă ați tremurat de frică, sau ați simțit dorința de a lovi sau de a plăti într-un fel, în oricare din aceste cazuri învinuirea și-a atins scopul. Recunoașteți acest lucru pentru ca să puteți să vă iertați frica și răutatea față de cei care v-au învinuit. Dumneavoastră înșivă le atrageți. Inima dumneavoastră vă cere ajutor. Dacă nu veți recunoaște, veți începe deja să vă învățați lecția prin suferințe.

Nu vă negați stresurile. Nu spuneți că sunteți destul de sănătoși și de puternici ca să rezistați în fața tuturor greutăților vieții. S-ar putea ca inima dumneavoastră să-și fi epuizat resursele și este suficient un acces de răutate pentru a vă întâlni cu strămoșii.

Cine învinuiește conștient, este asemenea unui lunetist care țintește direct în inimă și se bucură văzând cum se prăbușește adversarul. Învinuirea fără nicio bază are o acțiune distrugătoare. Ea îl poate ucide pe un om de bună credință, inimos. În orice ceartă în familie, învinuirea este arma cea mai obișnuită pentru a ucide.

Totdeauna cel care învinuiește, se simte el însuși vinovat. Cel care învinuiește cel mai mult, acela se simte cel mai vinovat. Frica de a fi învinovățit îl face să atace el. Nu știe însă că pentru orice faptă răsplata este dublă.

Sistemul judiciar de stat este și el construit pe învinuire, o învinuire bine gândită și temeinică. O persoană care aduce cu ea, din viețile anterioare, un puternic sentiment de vinovăție, va fi foarte ușor de învinuit la tribunal, chiar și atunci când nu are nicio vină. Cine este vinovat de această nenorocire? Victima a atras asupra sa (fără să știe) acest necaz din cauza sentimentului ei de vinovăție, iar judecătorul (tot fără să știe) i-a pus la dispoziție o lecție de viață. De aceea trebuie să vă eliberați

de acest sentiment de vinovăție și atunci nu veți mai fi învinuit și nici dumneavoastră nu veți mai învinui niciodată pe alții. Niciodată și nicăieri.

La tribunal, sarcina cea mai grea o are acuzatorul. Dacă obiectivitatea lui se află sub imperiul emoțiilor, procesul nu-și va urma calea normală. Va suferi și criminalul, te crește și se transformă în egoism. Indiferent câtă avere au, ei reduc viața la bunăstarea materială. Așa se face că, stând la aceeași masă, și săracul și bogatul își îneacă în votcă aceleași necazuri și apoi, fără să se vorbească, se duce fiecare la casa lui și începe să se lege de nevastă și de copii. Cineva trebuie să fie vinovat! În felul acesta, același stres îi face să se comporte la fel, chiar dacă nu au același nivel de educație și de bunăstare. Cu cât poziția socială ocupată anterior era mai înaltă, cu atât cad mai mult.

În Estonia, 80% dintre sinucigași simt bărbați. Pentru ei, rolul de judecător este jucat de autoflagelare. Ei se învinovătesc că n-au știut să dea vieții ce le cerea ea. Setea de câștig le-a stins lumânarea vieții. Dacă ar fi știut să se elibereze de sentimentul de vinovăție, tragedia ar fi putut fi evitată.

Învinuirea este o armă tactică puternică, venită din subconștient. Îi poate rezista cu calm și fără durere numai o persoană care s-a eliberat de sentimentul de vinovăție și este liniștită sufletește. Numai o astfel de persoană poate privi liniștită în ochii celui care o învinovățește și să-i urmărească gândurile. Deseori, oamenii încearcă să mă convingă că nu pun la suflet învinuirile ce li se aduc, că nu au un sentiment de vinovăție din moment ce știu că nu sunt vinovați.

Dacă vă dau lacrimile, dacă v-ați supărat, dacă, mâhnit fiind, ați spus „*cum este posibil*”, dacă ați tremurat de frică, sau ați simțit dorința de a lovi sau de a plăti într-un fel, în oricare din aceste cazuri învinuirea și-a atins scopul. Recunoașteți acest lucru pentru ca să puteți să vă iertați frica și răutatea față de cei care v-au învinuit. Dumneavoastră înșivă le atrageți. Inima dumneavoastră vă

cere ajutor. Dacă nu veți recunoaște, veți începe deja să vă învățați lecția prin suferințe.

Nu vă negați stresurile. Nu spuneți că sunteți destul de sănătoși și de puternici ca să rezistați în fața tuturor greutăților vieții. S-ar putea ca inima dumneavoastră să-și fi epuizat resursele și este suficient un acces de răutate pentru a vă întâlni cu strămoșii.

Cine învinuiește conștient, este asemenea unui lunetist care țintește direct în inimă și se bucură văzând cum se prăbușește adversarul. Învinuirea fără nicio bază are o acțiune distrugătoare. Ea îl poate ucide pe un om de bună credință, inimos. În orice ceartă în familie, învinuirea este arma cea mai obișnuită pentru a ucide.

Totdeauna cel care învinuiește, se simte el însuși vinovat. Cel care învinuiește cel mai mult, acela se simte cel mai vinovat. Frica de a fi învinovățit îl face să atace el. Nu știe însă că pentru orice faptă răsplata este dublă.

Sistemul judiciar de stat este și el construit pe învinuire, o învinuire bine gândită și temeinică. O persoană care aduce cu ea, din viețile anterioare, un puternic sentiment de vinovăție, va fi foarte ușor de învinuit la tribunal, chiar și atunci când nu are nicio vină. Cine este vinovat de această nenorocire? Victima a atras asupra sa (fără să știe) acest necaz din cauza sentimentului ei de vinovăție, iar judecătorul (tot fără să știe) i-a pus la dispoziție o lecție de viață. De aceea trebuie să vă eliberați de acest sentiment de vinovăție și atunci nu veți mai fi învinuit și nici dumneavoastră nu veți mai învinui niciodată pe alții. Niciodată și nicăieri.

La tribunal, sarcina cea mai grea o are acuzatorul. Dacă obiectivitatea lui se află sub imperiul emoțiilor, procesul nu-și va urma calea normală. Va suferi și criminalul, vor suferi și judecătorii. Cine își recunoaște greșelile, primește o pedeapsă mai ușoară. Cine rămâne cinstit față de sine însuși, primește cea mai ușoară pedeapsă, pe care alții s-ar putea să nici nu o observe. Trebuie să înțelegem că noi trăim în primul rând pentru noi înșine.

Învinuirea poate fi și de alt tip. De exemplu, cineva cade pe stradă și se lovește, sau îl mușcă un câine. Bietul om nu știe că astfel de necazuri sunt atrase de răutate și începe să se văicărească: *„Vai de mine, uite ce-am pățit! Puteau și ăștia să repare drumurile și să țină câinii legați. Nu-i pasă nimănui de oamenii bătrâni...”* Astfel de văicăreli, care pot să dureze ore în șir, nu înseamnă altceva decât căutarea vinovaților. Toți sunt vinovați, în afară de cel care a pățit-o.

Câtă vreme toți sunt vinovați, va fi o armonie generală. Dar ia să îndrăznească un imprudent să-i spună: *„puteai și tu să te ferești”,* că imediat „victima” ia foc și fraternitatea de până atunci poate degenera în ceartă. Dacă nu se ajunge la un schimb de cuvinte tari, cei doi se vor acuza reciproc de nerecunoștință, de lipsă de înțelegere sau de cruzime.

Când omul este enervat, îl irită până și cel mai mic zgomot, foșnetul unei hârtii, bâzâitul de muscă, o melodie care nu-i place, faptul că un obiect stă acolo și nu dincolo. Variațiile sunt infinite. Stresurile au proprietatea de a se acumula ca o avalanșă și nimeni nu mai înțelege nimic.

Ce folos dacă după o consultație complexă medicul decide că persoana respectivă nu are nimic la inimă și că este sănătos, iar peste câteva zile, săptămâni sau luni el face un infarct? Boala a fost atrasă de frica de a fi vinovat. Dacă în adâncul sufletului său omul începe să se justifice, să caute vinovați și să-i acopere de dispreț, să caute speriat

O cale de ieșire sau să-și imagineze scene de coșmar legate de viitor, toate acestea duc la distrugere.

Într-un fel sau altul, sentimentul de vinovăție duce la îmbolnăvirea inimii. La început este doar o oboseală, dorința de a se odihni mai mult, dar parcă înadins omul muncește și mai mult; se adaugă apoi o senzație de greutate în piept, dar nici acestui lucru nu i se dă atenție, apoi deschide geamurile pentru a putea respira aer curat și dă vina pe poluarea atmosferei. Se obișnuiește cu senzația de greutate, că doar nu e durere. Nimeni nu bagă

de seamă că deja inima funcționează mai puțin eficient.

Genul acesta de om nu mai poate face atâta bine cât ar fi dorit. E nemulțumit de el însuși că nu este în stare să-și servească pe deplin familia și societatea.

Încetul cu încetul se adaugă învinuirea care începe să-i dea motiv pentru a învinui și el pe alții. Forțele continuă să se topească.

Începe să-și dea ghes, să se tonifice, să se agite, să se grăbească, să muncească suplimentar. La început pare că situația s-a schimbat, dar este doar o aparență.

Scopul vieții este de a merge în viitor. Cine se teme de viitor, se străduiește din răsuputeri ca acum să realizeze cât mai mult și cât mai rapid. Crește frica „*n-o să reușesc*”, dar și sentimentul de vinovăție că „*n-o să reușesc*” și într-unul dintre momentele critice apare autoapărarea – încăpățânarea, împotrivirea, răutatea evident exprimată.

Oamenii trebuie să înțeleagă că nevoia de a merge înainte este în primul rând o nevoie a spiritului. Necesitatea fizică este doar o reflectare a mișcării spiritului. Dacă noi, înțelegând esența vieții, vom ține seama de necesitățile fizice ale corpului nostru și le vom satisface în mod rațional, viața noastră va fi echilibrată și mersul înainte va fi rapid și ușor. Realizările se vor înmulți și vor deveni optime. Și atunci și sănătatea noastră va fi bună.

Dacă însă, în goană după bunăstare materială, ne îmbolnăvim, înseamnă că am primit un semnal de la corpul nostru că nu procedăm bine. El nu ne ascultă explicațiile de genul: „*alții vor, altora le trebuie, alții pretind, eu fac doar bine*” Dacă ne-am îmbolnăvit, înseamnă că am făcut rău.

Noi nu știm să gândim corect, nu știm să muncim corect, nu știm să ne stabilim corect scopurile, nu știm să trăim corect, fiindcă nu ne cunoaștem pe noi înșine.

Fiecare spirit trudește neîncetat pentru binele real din lume. Dacă omul, cu gândirea sa eronată, nu știe ce face spiritul, nu știe că există un ajutor permanent și că trebuie doar să te folosești de el, atunci aspiră în el

sentimentul de vinovăție care va căuta o cale de ieșire pentru a nu ajunge să se transforme într-o luptă înrăită pentru bine.

Iar spiritul așteaptă și propune cu bunăvoință o rezolvare mai simplă.

Cine învață să gândească corect, acela încetează să mai fie doar un păstor care gonește animalele cu biciul.

Un om înțelept este precum conducătorul care merge în capul turmei.

Despre alimentație și exces

Hrana compensează pierderea energiei pozitive a corpului. Ea echilibrează energia negativă intrată în corp și prin aceasta nu lasă corpul să piară. Să ne reamintim – energie negativă înseamnă sentimentul de vinovăție, frica și răutatea.

Pofta de a mânca anumite feluri de mâncare și anumite produse apare ca o tendință subconștientă de a compensa lipsa de energie.

Dacă rațiunea dumneavoastră încă nu s-a deschis, fiți atenți la semnalele pe care vi le dă corpul și învățați cu ajutorul lor să gândiți și să deosebiți stresurile.

Pofta de mâncare este informația despre ceea ce se întâmplă în organismul dumneavoastră. Este simplu.

Dacă vă place să mâncați acru, înseamnă că sentimentul dumneavoastră de vinovăție mai cere încă o porție. Dacă nu vă veți elibera de acest sentiment și veți continua să mâncați acru, va veni ziua când el va căpăta dimensiuni uriașe, va deveni vin pericol mortal și de data aceasta veți deveni cel care învinuiește. Atunci n-o să vă mai placă acrul, ci dulcele.

Dacă simțiți o dorință irezistibilă de a mânca dulce, înseamnă că vă este foarte frică. Frica cere și mai mult dulce. Consumul de dulce oferă o stare plăcută de liniște și de aceea, pe neobservate, el va deveni un mijloc de autocalmare. Marii amatori de dulciuri își cultivă fricile. Frica îl obligă pe om să se salveze de rău prin fugă. Fără să renunțe la dulciuri, el se pune pe alergat cu și mai mare plăcere. În felul acesta își arde caloriiile. Cine consideră că

alergatul fără rost este o pierdere de timp, să se așeze și să se gândească dacă ar putea trage vreun folos din efectele lui. Între timp, frica de un eventual eșec mai primește un supliment sub formă de prăjituri, cafea, băuturi, etc. De data asta frica a fost bine hrănită, planul de activități a fost bine gândit și pus în practică. Caloriile neconsumate pentru procesul de gândire sunt direcționate spre cămară – stratul de grăsime. Frica, până atunci împiedicată, crește și se transformă în răutate, iar caloriile în exces favorizează îngrășarea.

Dacă preferați mâncărurile pe bază de carne, înseamnă că sunteți un om înrăit și răutatea poate fi hrănită doar cu carne. Dacă un om înrăit consumă carne, el devine și mai rău. Obiceiul de a consuma carne cultivă răutatea. Cu cât un om este mai rău, cu atât mănâncă mai multă carne. Cu cât răutatea este mai sărată, mai piperată, mai condimentată, cu atât mai sărată, mai piperată și mai condimentată trebuie să fie carnea consumată. Dacă un om înrăit va fi obligat să mănânce doar hrană vegetală, el se va potoli, va slăbi și se va umaniza.

Dieteticienii și vegetarienii încearcă subconștient să salveze omenirea, însă, din această cauză, omul rău devine și mai rău. De aceea carnivorii și vegetarienii nu știu și nu vor să se înțeleagă unii pe alții, ci fiecare vrea să impună celui alt adevărul lui. Învingătoare iese răutatea. Și atunci vegetarianul începe să mănânce din când în când carne, fiindcă simte că *altfel nu va rezista*. Frica de a fi învins de viață cere pregătire pentru luptă. Medicina a demonstrat cât de nociv este consumul excesiv de carne și totuși materialistul înrăit va continua toată viața să mănânce carne.

Propaganda pentru hrana vegetală este un lucru remarcabil, dar ar fi mai bine să se înceapă cu eliberarea de răutate, fiindcă atunci în mod automat va apărea o repulsie față de carne, ceea ce ar fi o senzație naturală și nu o autoimpunere. Odată cu eliberarea de frică dispare și pofta excesivă de dulce. La rândul ei, eliberarea de sentimentul de vinovăție face să dispară nevoia de a mânca

acru. Inima este și așa puternică.

Există diete de slăbire care interzic dulciurile și făinoasele. Legume și carne se pot consuma în funcție de nevoile fiecăruia. Întrucât kaloriile necesare pentru munca fizică grea se obțin mai ușor din carne, iar cantitatea de legume care ar fi necesară nu ar mai încăpea în stomac, omul se pune pe mâncat carne și îi ia în derâdere pe cei care spun că abuzul de carne îngrașă. Oamenii de genul acesta devin tot mai curajoși. Curajul merge până acolo încât ei încep să-i disprețuiască pe cei timizi, apoi să-i distrugă fizic și moral, întrucât răutatea lor, ignorând avertismentul pe care li-l dă frica, capătă dimensiuni foarte mari. În curând va începe autodistrugerea omului. Viața arată de fiecare dată că tot ce este în exces este rău.

Fiecare om visează la desăvârșire. Cine începe masa cu acru, va dori apoi ceva dulce, iar după aceea o să vrea sărat. Omul stresat mănâncă întotdeauna mai mult decât îi trebuie. Mănâncă la nimereală – ba sărat, ba dulce, ba acru etc. Dacă echilibrăm stresurile printr-o alimentație irațională, pofta de mâncare nu va dispărea, ci stomacul nu va mai primi.

Dacă sentimentul de vinovăție, frica și răutatea răbufnesc cu aceeași forță, omul respectiv trebuie să urmeze un regim corect cu porții corecte. Și chiar dacă va mânca prea mult, nu se va îngrășa. Ponderea în organism a acestor trei tipuri de stres determină pofta din momentul respectiv. Se obișnuiește să se spună că mâncatul la ore fixe favorizează o digestie bună și o bună capacitate de muncă. În realitate însă, dacă gândirea este corectă ora de masă nu are nicio importanță. Atunci când stomacul flămând ne dă un semnal, este suficient ca noi să ne purtăm cu iubire față de tractul nostru gastrointestinal și față de mâncare.

— Aș putea să vă povestesc multe lucruri despre relația dintre pofta de mâncare și o boală concretă. La debutul bolii pot să spun ce obișnuiește să mănânce bolnavul, ce nu are voie să mănânce și ce trebuie să mănânce ca să poată trăi, dar scopul acestei cărți nu este

acesta. Dacă ați înțeles principiul, la restul gândiți-vă dumneavoastră singuri.

De exemplu, dacă sentimentul de vinovăție se amplifică, persoana care mănâncă constant și cu plăcere acru, va simți într-o bună zi că nu se mai poate atinge de ceva acru. Durerea din abdomen îi va spune că a făcut ulcer. Sentimentul de vinovăție a crescut și s-a transformat în învinuire. Acum persoana este nevoită să mănânce mai des carne și lapte, altfel i se roade stomacul. Aciditatea mărită, apărută din învinuire, începe să atace cu răutate carnea, fără să se întrebe dacă ea este carnea proprie (a stomacului) sau este una străină (cea din mâncare). La fel se comportă și omul care are ulcer. Când ulcerul începe să sângereze, răutatea a devenit deja avidă de sânge.

Un om cu o viață sufletească echilibrată nu face abuz de mâncare și de condimente. Nu are nevoie de dietă.

Spiritul nu are nevoie de hrană fizică. Trupul are nevoie de ea. Dar trup fără spirit nu există. Hrana spirituală hrănește și trupul. Fiecare stres are amplitudinea lui de variație și fiecare produs alimentar sau fel de mâncare are propria amplitudine. Când acestea se suprapun, necesitatea corpului este satisfăcută.

Să gândim acum împreună:

Spunem:

— *Nu vreau acru. 1*

— *Nu suport acreala.*

Putem spune acest lucru în mod diferit - revoltați sau autoritar, strâmbând din nas, spunând că mâncarea nu este bună, că este scârboasă.

Ce înseamnă asta? Înseamnă că:

— *Nu vreau să fiu vinovat.*

— *Nu suport să fiu vinovați*

Vreți să evitați ca sentimentul de vinovăție să se amplifice. În mod subconștient doriți să evitați o situație în care să fiți nevoiți să învinuiți pe cineva. Sentimentul dumneavoastră de vinovăție a atins punctul critic. Dacă nu vă eliberați de sentimentul de vinovăție și continuați să mâncați acru, chiar și atunci când n-aveți încotro, atunci

vă veți transforma în acuzator.

Spunem:

— *Nu vreau dulce.*

— *Nu suport dideele.*

— *Mor dacă mănânc dulce.*

Ce înseamnă asta? Înseamnă că:

— *Nu vreau să-mi fie frică.*

— *Nu mai suport frica*

— *O să mor dacă îmi va fi și mai frică.*

Oamenii încearcă în mod subconștient să evite amplificarea fricii, pentru ca la rândul lor să nu sperie și ei pe alții.

Spunem:

— *Nu vreau carne.*

— *Nu suport carnea.*

— *Eu sunt vegetarian.*

Ce înseamnă asta? Înseamnă că:

— *Nu vreau să-mi crească răutatea.*

— *Nu suport să-mi crească răutatea.*

— *M-am eliberat de răutate.*

NB! Vegetarienii care nu mănâncă deloc came sunt un fenomen rar. Supa de came este tot came.

Corpul este o parte componentă a uneia dintre etapele de evoluție a omului. Când vom învăța cum să ne purtăm cu lumea fizică, cum să o binecuvântăm și nu să o distrugem, cum am făcut până acum, atunci vom deveni demni să ne înălțăm spiritual. În același timp ne vom elibera acest corp fizic care vrea să mănânce și să sufere.

Probabil că unii cititori așteaptă lămuriri în privința consumului de lapte și pește. Nevoia de a bea lapte înseamnă, simbolic, dorința și convingerea că cineva îi va orândui viața. Un consum exagerat de lapte favorizează o atitudine pasivă față de viață.

— Cui îi place laptele, acela este înclinat să-și nege greșelile, în schimb observă greșelile altora.

— Cui nu-i place laptele, acela dorește să afle adevărul, chiar dacă acesta este îngrozitor. Este mai degrabă de acord cu un adevăr amar decât cu o minciună

dulce.

— Cine nu suportă laptele, acela nu suportă minciuna.

— Cine exagerează cu laptele, să nu aștepti de la el adevărul.

Cui îi place peștele, acela așteaptă o minune pe care și-o creează el singur cu mare plăcere. Atracția către pește înseamnă dorința ca totul să se aranjeze. Consumul de pește înseamnă o căutare subconștientă a liniștii sufletești.

— Cui îi place să pescuiască, acela îi place liniștea sufletească și, în numele ei, depune toate eforturile.

— Cui nu-i place peștele, nu-i place nici apatia nici liniștea sufletească. Se teme de pasivitate, de inactivitate, de lene.

— Cine nu suportă peștele, nu suportă indiferența, lenea și nici chiar liniștea sufletească. El vrea ca în jurul lui să clocotească viața.

— Cui îi place peștele proaspăt acela vrea să trăiască liniștit, astfel încât nimeni să nu îl deranjeze și el însuși să nu-i deranjeze pe alții.

— Cui îi place peștele sărat, acela se bate cu pumnii în piept și afirmă: „*Uite aici un om cu adevărat bun!*” Sarea sporește hotărârea, încrederea în sine. Exagerarea distruge această calitate.

Despre băutul apei:

— Dacă omul bea puțină apă, are acuitate în modul de a privi viața și o percepție pătrunzătoare.

— Dacă omul bea multă apă, atunci lumea este pentru el confuză și neclară, el este însă binevoitor și înclinat să facă fapte bune.

Obiceiul modern din ultimii ani, venit din Occident, de a bea câțiva litri de apă pe zi slăbește percepția. Este adevărat că apa diminuează, adică diluează agresivitatea, fricile și frământările sufletești, dar atâta timp cât omul caută rezolvarea problemelor numai la nivel fizic, ele nu se vor rezolva definitiv. Așa cum tot ceea ce este fizic este supus distrugerii, la fel se întâmplă și cu liniștea sufletească dobândită în acest fel. La fel se întâmplă cu

toate încercările subconștiente la nivelul și™ care au drept scop îmbunătățirea vieții.

Să continuăm discuția despre energetica unor produse alimentare.

Carne slabă - răutate sinceră și deschisă, carne grasă - răutate ascunsă și mișească; cereale - responsabilitate față de lume, secară - interes pentru dobândirea unei înțelepciuni profunde a vieții, grâu - interes pentru dobândirea unei înțelepciuni superficiale, orez - o viziune echilibrată și perfectă asupra lumii, porumb - a obține cu ușurință totul de la viață, orz - îngâmfare, ovăz - sete de cunoaștere, curiozitate, cartof - seriozitate, morcov - ușurință de a râde, varză - cordialitate, nap - înclinare spre cunoaștere, sfeclă - capacitatea de a explica în mod accesibil lucrurile complicate, castravete - lăncezeală, visare, roșii - încredere în sine, mazăre - gândire logică, ceapă - recunoașterea propriilor greșeli, usturoi - încăpățănare, măr - bun simț, mărar - răbdare și abținere, lămâie - minte critică, banană - superficialitate, strugure - satisfacție.

Orice exces conduce la un rezultat opus. La fel, și o mâncare bună devine dăunătoare dacă se face abuz.

Spre exemplu, oul înseamnă tendința spre desăvârșire. Cine mănâncă multe ouă, dar nu știe să gândească, are o nevoie sporită de a se desăvârși. Și întrucât nimeni nu-i va pune pe o tavă de aur o viață perfectă, el se va înrăi. La nivel fizic aceasta se manifestă printr-o creștere a colesterolului în sânge.

Minunea naturii - mierea - oferă o iubire și o căldură maternă desăvârșită, ca îmbrățișarea mamei. De aceea, mierea vindecă toate bolile. Cine nu a avut parte niciodată de o astfel de iubire, cui îi este teamă de iubirea mamei sale pentru că îl face să sufere, acela va urî mierea.

Alergia alimentară s-a răspândit atât de mult, încât cu greu mai găsești vreun produs alimentar care să nu provoace alergie. În țările dezvoltate s-au înmulțit cazurile de boală celiacă - când copilul nu suportă cerealele. Având

în permanență diaree, copilul elimină din organism substanțe de importanță vitală, ceea ce îi pune în pericol atât evoluția spirituală cât și cea fizică. Aceasta este o boală de metabolism.

Alergia este răutatea revoltei.

Metabolismul înseamnă priceperea de a te comporta în favoarea legii vieții aflată într-o continuă mișcare, priceperea de a-ți organiza corect viața cu ajutorul înțelepciunii. Pe scurt, schimbul de substanțe (metabolismul) constituie esența schimbului de gânduri. Niciun produs nu este în totalitate rău, niciun gând nu este în totalitate rău. Cine nu suportă secara, dorește să răzbată ușor în viață, urăște greutatea. Cine nu suportă grâul, nu se mulțumește cu puțin, este un maximalist care urăște sărăcia. Cine nu suportă orzul, nu suportă lipsa libertății, urăște restricțiile dure și predeterminarea fermă a vieții. Într-un fel sau altul boala celiacă înseamnă incapacitate de a înțelege legile vieții. Părinții unor asemenea copii trebuie să se schimbe radical ei înșiși.

Schimbul de substanțe arată modul în care omul cumpără, vinde și schimbă. Dacă el face aceste operațiuni după regulile corecte ale comerțului, atunci schimbul de substanțe va fi în ordine. Dar dacă el vrea să plătească cu bani pentru valorile de bază ale vieții - iubire, cinste și principialitate - atunci metabolismul lui va avea de suferit. Cu cât va greși mai mult, cu atât urmările vor fi mai grave și mai dureroase la copii și la nepoți. Toate organele care participă la schimbul de substanțe sunt alcătuite din țesuturi moi și energia lor este preluată din canalul energetic principal situat în coloana vertebrală. Pe scurt, un metabolism afectat înseamnă un dezechilibru între a da și a primi.

Omul se naște într-o localitate concretă de pe Pământ întrucât vrea să învețe care este relația dintre acest loc și propria persoană. Mâncarea este una dintre posibilitățile de a face acest lucru. De aceea, folosite pentru om sunt acele produse alimentare care sunt cultivate în zona respectivă.

Cine începe să gândească corect, își va învăța corpul fizic să se descurce cu cât mai puțină hrană. Când este epuizat de stresuri, hrana îi pare fără gust și insuficientă. El trebuie să-și hrănească și stresurile. Caloriile din porția sa se depun, mărimdu-i dimensiunile corpului.

Cine hotărăște să înceapă o dietă, dar nu știe nimic despre eliberarea de stresuri, îi va fi greu sau chiar, poate, imposibil să se țină de ea. Din cauza sentimentului de vinovăție omul devine gol pe dinăuntru. Frica are nevoie de hrană, altfel nu va avea putere pentru a o lua la fugă. Răutatea vrea și ea să crească pentru a da inamicului o ripostă pe măsură.

Dacă omul, visând să aibă un trup frumos, se va abține să ia o bucatică în plus la fiecare masă, își va ajuta corpul să reacționeze mai puțin dureros, deși acest lucru nu se produce imediat. Corpul începe din ce în ce mai mult să înțeleagă că are nevoie de o porție de negativitate mai mică. Astfel, prin obiceiuri de alimentație se formează un mod de gândire.

O astfel de gândire îl face pe om să devină chibzuit. Dar dacă merge prea departe și devine un zgârie-brânză, binele lui se va transforma în rău. Un semn tipic al zgârceniei îl constituie constipația. Ea demonstrează ce poate aduce calicenia în viață. Zgârcitul dorește doar să primească, dar să nu ofere nimic. Zgârcit este și acela care știe, dar nu spune nimănui ce știe el, de teamă ca altul să nu devină mai deștept decât el. Își păzește cu gelozie cunoștințele și se simte jignit sau se înfurie dacă altcineva spune lumii ceva ce el consideră că este propria lui descoperire. La un asemenea om, în afară de celelalte răni sufletești, se instalează obligatoriu și constipația. Eliberați-vă prin iertare de zgârcenie și constipația va dispărea.

(Ej-emp cu din viață

Eram într-o excursie și o cunoștință bună de-a mea mi s-a plâns că mai are puțin și plesnește de constipație. Dacă atunci când ești acasă acest lucru se mai poate cumva suporta, în excursie însă devine un chin insuportabil: „*Draga mea, eliberează-te de zgârcenie,*

pentru ce să te chinui!" - i-am spus eu mirată, „Cum să fiu zgârcită când am cheltuit deja aproape toți banii. Iar tu nu ți-ai cumpărat nimic!" a protestat ea. „Numai un zgârcit spune așa ceva și numai unui zgârie-brânză i se scurg banii printre degete. Eu nu am o asemenea problemă. Eu cheltui banii cu plăcere și nu-mi pare rău". - i-am explicat eu.

I-a trebuit o zi întreagă să se elibereze de zgârcenie și spre seară problema s-a rezolvat. Din acel moment intestinul ei se evacuează în mod regulat de trei ori pe zi.

Eu dau câteodată acest exemplu ca să-i înveselesc pe suferinzi. Ea se considera un om deosebit de generos și nu înțelegea că, de teama de a nu trece drept zgârcită, cheltuia nechibzuit banii pentru alții. Cadourile pe care le făcea înainte nu-i produceau atâta plăcere cât îi fac acum, cheltuind aceiași bani. Înainte oamenii i se simțeau îndatorați, acum vedeau însă în cadourile ei o manifestare a iubirii.

Zgârcenia este stresul de care te poți elibera cel mai ușor.

Noi venim din ziua de ieri și ne îndreptăm către ziua de mâine. Să ne corectăm greșelile astăzi. Astăzi cât mai este posibil.

Abia atunci poate sosi ziua de mâine.